كتاب حفظ البدن للرازى



قد وقف هذه النسخة سلطاننا الأعظم والخاقان المعظم السلطان
مالك البرين والبحرين خادم الحرمين الشريفين السلطان ابن السلطان
السلطان الغازي محمود خان وقفا صحيحا شرعيا لمن طالع
واستنسخ العافية ولعلم فوائده السامية اجروا انه
وانه حرره الفقير احمد شيخ زاده المفتش
باوقاف الحرمين الشريفين
عفي عنهما



بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين ○ والعاقبة للمتقين
ولا عدوان الا على الظالمين ○ والصلوة على
رسولنا محمد وآله اجمعين الطيبين الطاهرين
وسلم تسليما كثيرا هذا كتاب حفظ البدن
من تصنيف مولانا الصدر الكبير العالم
البارع الورع المتقى علامة العالم فخر الملة
والدين تاج المحققين منشئ النظر اعلم البشر ○
حسام الشريعة زين الحكماء امام المشرق
والمغرب محمد بن عمر بن ابى الحسين الرازى
نور الله مضجعه واين كتاب مرتبست بر هشت

مقالت مقالت نخستين در بيان علامات
امزجه بر سبيل اجمال واين مقالت مرتبست
بر چند فصل فصل اول در بيان نشانهاى مزا
جها بر طريق كلى بدانكه مزاج معتدل ونامعتدل
از هشت روى ظاهر گردد اول آنست كه چون
مزاج كسى معتدل باشد در وقتى كه آن وقت
معتدل بود در گرمى وسردى وترى
وخشكى اگر آن لمس كنند اندام ملموس را
معتدل يابد درين كيفيتها دليل كند كه
ملموس معتدل باشد ○ واگر چون دست
بر اندام نهد آنكس نخست گرم باشد مزاج آن كس
گرم باشد واگر سرد بود مزاج ملموس سرد
واگر گوشت اندام سخت است مزاج خشك است

واگر نرم است مزاج نرم است دوم آنست که
بنگرد تا آنکس فربه است یا لاغر وبدانکه هرکه
فربه باشد لابد که مزاج او تر باشد • پس اگر با آن
تری گرمی جمع باشد آن فربهی از گوشت است
واگر با آن تری سردی باشد آن فربهی از پیه باشد
واین کس را فربهی از پیه باشد یا مزاج اصلی او
خود چنین بوده بود این مزاج او را عارضی باشد
ونشان آنکس که مزاج اصلی او این باشد سه
چیز است اول آنست که رگهای او باریک باشد
دوم خون اندک باشد سوم بر گرسنگی
صبر نتواند کرد زیرا که خون در تن او اندک باشد
وخون اصل غذاست لاجرم طاقت گرسنگی ندارد
وهر آنکس که مزاج او خشك باشد البته فربه نبود

بلکه لاغر بود • ولیکن مردم لاغر گاه بود که
با خشکی گرم بود وگاه بود که سرد باشد ودرین
جایگاه سه مسئله هست که از دانستن آن گزیر
نیست مسئله اول چرا بعضی حیوانات را فربهی
بر روی گوشت بود وبعضی دیگر را آمیخته
جواب هر گوشت که گرم بود فربهی بر روی
او باشد از بهر آنکه ما پیدا کردیم که فربهی از درون
بود واین گوشت چون گرم بود فربهی در اندرون
او منعقد نشود اما آن گوشت که در گرمی وسردی
میانه بود فربهی در میانهٔ او منعقد شود
فاما آنچه نیک سرد بود فربهی هم از درون
وهم از بیرون او منعقد شود مسئله دوم
دل از همه اعضا گرم وترست وبروی پیه بسیار

وبعضی را در اندرون گوشت

اگر انعقاد پیه از سردی بودی چرا بر دل پیه
گرد شده است جواب آن از بسیاری عنایت
بدل زیرا که عضو رئیس مطلق است و او معدن
حرارت غریزی است لاجرم طبیعت آن پیه
حرارت او را بر قرار می گیرد و از افراط گرمی
و خشکی او نگاه میدارد مسئله ۳ چرا بر زبان
پیه نیست با انکه پیوسته اثر سردی هوا بدو
میرسد جواب پیه بر گوشتی بدید آید که
آن گوشت کثیف و صلب بود و زبان گوشتی است
نرم و متخلخل لاجرم پیه بروی جمع نشود
علامت سوم رنگ است و بدانکه رنگها بسیار است
لیکن ما درین مختصر یازده رنگ بیاریم
و طبع هر یک شرح دهیم انشاء الله تعالی

رنگ اول سپید است دلیل بود بر اندکی خون
و بر سردی مزاج زیرا که چون غذا خورده شود
اگر حرارت غریزی تن بقوت بود غذا را پخته
کند و از وی خون صالح متولد شود لاجرم
رنگ روی سرخ باشد اما چون حرارت غریزی
قوی نبود غذا را نیکو نتواند پختن لاجرم خون
بلغم ناک متولد شود رنگ روی سرخ نباشد
رنگ دوم آنست که برنگ گچ باشد و این دلیل
باشد بر غایت سردی و بسیاری بلغم رنگ سوم
آنست که برنگ عاج ماند دلیل باشد بر اندکی
صفرا رنگ چهارم آنست که برنگ ارزیز ماند
و این دلیل کند بر سردی و تری با سودا آمیخته
زیرا رنگ ارزیز سپید بیشتر از بلغم باشد و آن

باشد کی سبزی آمیخته و آن سپیدی از بلغم
باشد و آن سبزی از سودا با بلغم آمیخته
رنگ پنجم زردیست و آن دلیل باشد
بر اندکی خون لیکن این معنی بر دو گونه بود گاه
چنان بود که نه خون بود و نه صفرا
چون رنگ کسانی که از بیماری خاسته باشد
رنگ روی ایشان زرد بود و صفرا نبود
و گاه باشد که آن زردی از صفرای بسیار
باشد چنانکه در حق مردم صفراوی مزاج
گفته شده است رنگ ششم مردم اشقر و آن
دلیل کند که خونی با صفرای بسیار آمیخته
باشد رنگ هفتم مردم سرخ روی و آن دلیل
باشد بر بسیاری خون و قوت حرارت غریزی

رنگ هشتم آنست که مردم سبز رنگ بود
بی سرخی و آن دلیل باشد بر خون سوداوی
با بلغم آمیخته رنگ نهم مردم تاریک چهره
بود و آن دلیل باشد بر اندکی خون و بسیاری
سردی و آمیختگی با سودا رنگ دهم آنکه مردم
سیاه چهره بوند بی سبزی و آن دلیل باشد
بر غایت سردی و خشکی زیرا که این رنگ خاص
بسودا و بباید دانست که تغییر حال جگر
باشد و تغییر رنگ مردم در سیاهی و زردی
بسبب تغییر حال سپرز باشد و تغییر رنگ
مردم در زردی و سبزی بسبب علتهاء
بواسیر بود است و این حکمتها که گفتیم
اکثری بود اما دایم نبود و بباید دانست که

رنك زبان دليل قوي است بر حال معده وامعا
ورنك چشم دليل قوي است بر حال دماغ
باشد كه بيماري دو رنك متضاد ظاهر شود
چنانكه در يرقان سخت زبان سپيد شود
ورنك اندامها سياه شود علامت چهارم
موي است وبايد دانستن كه موي از سه روي
نشان دهد اول آنست كه ماده موي بخار است كه
با دود آميخته است زيرا كه چون حرارت
غريزي در رطوبت تن عمل كند هر آينه ازان
رطوبتها بخاري بر انكيزد وانچه ازان بخارها
كه سوخته شود دود كردد وان بخارهاي دودي
قصد ان كند تا از اندرون تن بيرون آيد وچون
بيرون آمد سردي هوا بروي زند وان منعقد

كند وهمچنين بخار دودناك در تن متولد شود
وبدان رهكذر مي آيد هرچند از پس باشد پيش را
دفع ميكند وهم برين طريق موي دراز ميشود
واين بخار دودناك انكاه متولد شود كه
حرارت تن قوي باشد چنانكه حرارت تن مردم
جوان اما حرارت تن كودكان هرچند بقوت
باشد ليكن رطوبات ايشان بسيار باشد
لاجرم بخارهاي ايشان با دود آميخته نبود
ازان سبب بر تن ايشان موي كمتر باشد وچون
اين مقدمه معلوم شد كه كوييم كه از رستن
موي دليل باشد بر خشكي مزاج واكر با اين
خشكي حرارت جمع باشد موي زود برويد واكر
خشكي تنك بسيار بود موي سطبر باشد وبسيار بود

زیرا که مادهٔ او بسیارتر بود وجه دوم
از دلایل موی آنست که مویها یا جعد بود
یا راست اگر جعد بود و برهم شکسته مزاج او
خشک است و اگر راست بود و ناشکسته مزاج
تر بود و اگر اندر هر دو نوع بود معتدل است
وجه سوم از دلایل موی سیاه رنگ است
جالینوس میگوید سیاهی موی دلیل است
بر غایت سوختگی از بخارهاء دخانی که در تن
متولد میشود و اگر سرخ است و یا اشقر مزاج
معتدل است و اگر سرخی بزردی میل دارد
و سپیدی مزاج سرد است و بدانکه در موی
مسئله چند لطیف است و ما بعضی از آن
مختصر بیاریم مسئله اول چرا چون مردم پیر شود

موی وی سپید شود جواب ارسطاطالیس
گوید سبب سپیدی موی پیران مستولی شدن
بلغم است بر موی و جالینوس گوید که سبب آن
سپیدی تکرج آن غذاست که بموی رسد
و خواجه ابو علی سینا گوید که چون اندیشه
بتمامت کرده شود هر دو قول یکی باشد و مرا
چنین می نماید که هر گاه که جسم شفاف باشد
و اجزای هوا با وی آمیخته شود و آن جسم
شفاف سفید نماید چنانکه کفک آب سپید
نماید و کفک جز این نیست که اجزای هوا
با اجزای آب آمیخته شود سپید نماید پس بلغم
طبیعی طبع آب دارد و چون هوا با وی آمیخته
شده است لاجرم سپید می نماید و سبب سپیدی

بودن تکرّج همین است زیرا که چون حرارت
لطیف از باطن جسمی تر بخاری بر انگیزد و آن
بخار همچنان بر روی آن جسم نماید و اجزای هوا
با آن رطوبت آمیخته شود از آمیختگی اجزای هوا
با اجزای آب سپیدی ظاهر شود • پس معلوم
شد که این سخن که ابو علی گفته است که قول ارسطو
و قول جالینوس در حقیقت هر دو یکی است
مسئله دوم چرا مردم چو پیر شود موی او
سپید شود و دیگر حیوانات را در پیری موی
سپید نشود جواب زیرا که اندام آدمی
نیک لطیف است چون پیر شود بلغم بر وی
مستولی شود و موی را سپید کند و اندام
حیوانات دیگر غلیظ است چون پیر شوند

مادهٔ سودا بر او مستولی شوند لاجرم موی ایشان
سیاه تر شود مسئله سوم چرا سپیدی موی
مردم اول بر صدغ افتد از جای دیگر جواب
زیرا که هر دو صدغ بمقدم دماغ نزدیک است
و مقدم دماغ در غایت رطوبت است مسئله
چرا مردم اصلع شود پیش سر شود نه پس سر
جواب زیرا که پیش سر را رطوبت زیادت است
از پس سر بود مسئله ه چرا زنان و خادمان
موی سپید زودتر از دیگران ظاهر شود جواب
از برای آنکه رطوبت بر مزاج زنان غالب تر است
و سپیدی موی از رطوبات است و اما خادمان
از برای آنست که آنچه مادهٔ منی باشد در تن ایشان
نماند و بلغم شود و با خون آمیخته شود لاجرم

رطوبت بر تن ایشان غالب شود و سپیدی موی
زود ظاهر شود مسئله ۶ چرا موی بر اندام
زنان و خادمان کمتر بود جواب زیرا که
رطوبت بر ایشان غالب باشد و ما شرح دادیم که
مادهٔ موی بخار دود ناک است و آن جز در مزاج
خشک حاصل نشود مسئله ۷ چرا موی بغل
هرگز سپید نشود جواب زیرا که این جایگاه
بدل نزدیک است و حرارت دل پیوسته بوی
میرسد لاجرم بلغم بروی مستولی نشود
و سپید نشود مسئله هشتم چرا چون بر تن
آدمی جراحتی پدید آید و پس بصلاح باز آید
بران جایگاه موی بر نیاید و اگر بر تن حیوانات
دیگر بود بران موضع موی بر آید جواب

زیرا که مسام پوست آدمی تنک است
و دلیل برین آنست که موی آدمی نرم و باریک
باشد لاجرم بعد از آن بصلاح آمدن جراحت آن
مسام هیچ نماند پس موی بیرون نیاید اما موی
چهارپایان نیک درشت و سطبرست لاجرم
مسام ایشان نیک فراخست و بیخ موی ایشان
نیک سطبر باشد بعد از آنکه جراحت بصلاح باز آید
هنوز اندکی از آن مسام باقی باشد لاجرم موی
بر آید مسئله نهم چرا مردم را در بیماریها
خاصه در تبها گوشت کمتر شود و ناخن و موی
زیاده شود جواب زیرا که در بیماریها
فضلات بسیار بود از آن فضلات موی
و ناخن متولد شود و گوشت متولد نشود

وچون در وقت صحت چون صالح بود لاجرم گوشت
زیادت شود وموی وناخن کمتر شود مسئله ۱۰ ام
چرا چون مردم سرما یابند یا بترسند موی بر اندام
راست ایستد جواب زیرا که چون بترسند حرارت
غریزی در اندرون تن شود وظاهر تن سرد شود
وسرما پوست را فراهم کشد وراه کذر مویها را
تنك کند لاجرم موی سیخ شود مسئله یازدهم
چرا چون مردم جماع بسیار کند موی سر ومژه
کمتر شود وموی روی وموی دیکر اندامها بیشتر
شود جواب زیرا که موی سر ومژه وابروی
در اول آفرینش بوده است بس معلوم شد که
این مویها بطبع حرارت غریزیست وریش ودیکر
مویها در اول نبوده معلوم شد که این مویها

بطبع حرارت عرضی است ودر جماع کردن حرارت
غریزی ناقص شود وحرارت غریب زاید شود
لاجرم موی سر ومژه وابرو ناقص شود وریش
وموی دیکر اندامها ناقص نشود مسئله دوازدهم
چرا چون بهار شود بعضی حیوانات را مویها
بریزد وآدمی را بر خلاف اینست جواب
زیرا که هر حیوان که وقت بهار موی فرو اندازد
یا از نزاری وی بود که موی آن ضعیف بود چون
سردی هوا بمنبت او رسد ضعیف شود لاجرم
در وقت هوا کرم اندازد یا از برای آن بود که
بر تن او کوشت اندك بود در وقت سرما ظاهر
پوست او سخت شود ومدد نیابد در وقت بهار
موی بیندازد وآدمی چنین نیست لاجرم در وقت

بهار موی نر اندازد علامت چهارم از علاماتی که
حال مزاجها بدان بتوان دانستن فعلهاست که
از قوتها صادر شود و قاعده کلی آنست که هر گاه که
فعلها را قوت بر کمال باشد و در وی هیچ تشویش
و نقصان نبود مزاج معتدل بود و اگر نه چنین
باشد از آن سه قسم بیرون نبود یا تشویش
حاصل بود یا نقصان یا بطلان اما تشویش
دلیل کند بر غایت گرمی چنانچه کسی هر ساعت
از حال خود بگردد گاه در خشم باشد و گاه در رضا
و بر یک حال قرار نگیرد و اما نقصان فعلها
دلیل کند بر سردی و بطلان فعل بغایت سردی
و مثال این آنست که مزاج گرم چنان اقتضا کند که
هر چیز حس و بقوت باشد و در قوت تفکر

و تن ذکر کامل بود و بر کارها قرار گیرد و بباشد
و نبض او نیک قوی بود و نفس او نیک قوی باشد
و عظیم و شجاع و دلیر باشد و از چیزها نترسد
و تیز خشم باشد و نشو و نمای او زود باشد
و اشتهای طعام قوی دارد و چون طعام بخورد
قوت هضم او کامل باشد و اما مزاج سرد در تن
همه فعلها که گفتیم بر ضد این بود یعنی ترسنده بود
و دلیر نباشد و حواس او نیک صافی نبود و طاقت
اندیشها ندارد و در کارها ثابت نباشد و از جمله
دلایل یکی آنست که بزرگی آواز و سخت گفتن
نیز دلیل کند بر گرمی مزاج و باریکی آواز دلیل
کند بر سردی مزاج علامت پنجم از علامات
حالها مزاج احوال بول است و براز است زیرا که

هر وقت که بول رنگین بود و رایحهٔ او نیك تیز بود
دلیل باشد واگر نه چنین بود بر برودت اینست
علامتهاء کلی که دلالت بر احوال مزاجها و الله اعلم

باب دوم در شناختن مزاج

هر اندامی و این باب پنج فصل است **فصل اول**
در شناختن مزاجهای دماغ بدانکه حال دماغ از پنج
گونه معلوم توان کرد از شکل سر و بدانکه شکل سر آنگاه
خوب بود که همچنان بود که گوئی از موم کنند و هر دو
دست بر دو جانب وی نهند و اعتماد کنند تا از دو سوی
وی در نشیند و از پیش و پس او اندکی بیرون آید
و منفعت از بیرون آمدن از پیش آن بود تا آنچه
که از دماغ که در پیش سر است بیشتر بود که منبت
پیها که حامل قوتهاء حاسه است کامل تر بود و منفعت

بیرون آمدن از پس آنست که منبت نخاع کامل تر
بود و شکل سر چون چنین باشد کامل تر بود و اما
اگر نه چنین باشد بد باشد و آن بر سه گونه بود
اول باریك باشد و پوشیده و خواب تمام
دارد **اما دماغ خشك** حاسهاء وی کند باشد و از دماغ
تریها بسیار پالاید و خوابش گران بود اما دماغ
خشك از سر وی هیچ تری نپالاید و حاسها تیز
باشد چنانکه آوازهای نرم و بویهای طعامهای
اندك زود دریابد و خوابش اندك باشد و موی
سر زود بر آید و کثیف باشد و بزردی میل دارد
و جعدی و زود اصلع شود **فصل دوم در
مزاجهای دل** دل گرم نبض و نفس هر دو
عظیم باشد و سریع و متواتر و مرد شجاع باشد

واگر سخت گرم باشد شتاب زده باشد و متهور
و زود خشم گیرد و سینه پهن دارد و اندر حوالی
آن موی بسیار دارد و اگر با پهنی سینه سر کوچک
بود نشان قوی است بر آنکه مزاج دل سخت گرم است
و هرگاه که دل گرم باشد همه تن گرم باشد
مگر که مزاج جگر سرد باشد و با دل برابری کند
لاجرم با گرمی دل تن گرم نشود **دل سرد**
نبض و نفس بطی و صغیر و متفاوت بود و مرد
بد دل بود و در کارها کسلان بود و سینه
از موی برهنه باشد **دل خشک** نبض صلب
باشد و مرد آهسته بود لیکن اگر وقتی خشم
گیرد دشوار ساکن شود و لجوج باشد **دل تر**
نبض نرم باشد و در کارها زود متغیر شود

و زود خشم گیرد و زود ساکن شود والله اعلم

فصل سوم در مزاجهای جگر

جگر گرم چون مزاج جگر گرم باشد رگهای ناجهنده
از جگر رسته است فراخ باشد و صفرا بسیار
تولد کند و چون گرم باشد بدان سبب همه
اندامها گرم بود و بر شکم خاصه بر نیمه راست
موی بیشتر باشد **جگر سرد** رگهای
ناجهنده تنگ باشد و رنگ رطوبت در وی
بسیار بود و چون سرد باشد اگر دل گرم
با وی برابری بکند بر شکم وی هیچ موی نباشد
جگر تر چون بسیار باشد و رگها نرم و همه
اندامهای او نرم و تر بود اگر خشکی دل برابری
نکند **جگر خشک** خون او غلیظ باشد و اندک

ور کها صلب باشد و تن خشك بود والله اعلم

فصل چهارم در مزاجهاي معده **معده گرم**
گواريدن طعام فزون از آرزوي او باشد و
طعامهاي که در ديگر معده ها دير گوارد و
اندرين معده نيك گوارد وطعامهاي لطيف
درين معده بسوزد و باشد که درد سر آرد
معده سرد آرزوي طعام زياده از هضم
طعام بود وطعام ترش شود وآروغ ترش
برآرد وطعام سرد آرزو کند وليکن چون بخورد
رنجور شود **معده خشك** تشنگي بسيار کند
واندك آب ورا کفايت کند واگر آب بسيار
خورد بروي گران شود وخورش خشك آرزو کند
وبسياري آن زيان دارد **معده تر** برضد اين باشد

وبدانکه فرق ميان مزاج اصلي وعارضي آنست که
خداوند مزاج اصلي راچيزها مانند مزاج خويش
آرزو کند وخداوند مزاج عارضي راچيزها
مخالف مزاج آرزو کند مگر که روزگار برآيد
ومزاج عارضي چون مزاج اصلي شود وآنگاه
وي راچيزهاي مانند خويش آرزو کند والله اعلم

فصل پنجم در شناختن مزاجهاي
خصيتين واوعيهٔ مني خصيه گرم اين کس را
بر زهار وحوالي آن موي بسيار باشد
وبسيار جماع کند وفرزند نرينه بيشتر آيد
خصيه سرد احوال او برخلاف اين بود **خصيه تر**
بسيار مني باشد **خصيه خشك** مني سخت غليظ
باشد و زود خواب بيند وبرجماع کردن حريص

باشد وبسیار فرزند باشد وبر زهار وحوالی
آن موی بسیار بود ولیکن زود از کار بازماند
واکر برخود الحاح کند نیك زیان دارد اینست
سخن مختصر در شرح علامت مزاجها مقالت دوم
در بیان انکه تدبیر هوا وآنچه بدان باب تعلق
دارد واین مقالت مرتب است بپنج فصل
فصل اول باید دانست که شش چیزست که
اکر ان چیزها چنانکه باید وچندانکه باید ودران
وقت که باید بکار دارند سبب تن درستی شود
واکر نه چنانکه باید وچندانکه باید ودران وقت که
باید بکار دارند سبب بیماریها شود واطبا
آن را اسباب الستة کویند اول هواست
دوم انچه بخورد وبیاشامد سوم حرکت

وسکون چارم خواب وبیداری پنجم
استفراغ واحتباس ششم اعراض نفسانی
چون غم وشادی وخشم وخجالت ومدارکار
تندرستی برین شش چیزست وما درین کتاب
شرح احوال این شش چیز یاد خواهیم کرد انشاء الله
فصل دوم در بیان حاجت حیوانات
بهوا آنکه حق تعالی در تن مردم سه عضو
آفرید وهریك را ازان اعضا معدن قوتها
طبیعی کرد چون غاذیه ونامیه ومولده ودل
بیافرید واورا معدن حرارت غریزی وقوت
حیوانی کرد ودماغ را بیافرید واورا معدن
قوتهای حاسه کرد ومدبره کرد وهرچند که
این سه عضو رئیس اند لیکن انچه رئیس مطلقست

دل است از بهر آنکه در اول او پیدا شود و در آخر
او بمیرد و کار همه قوتها بحرارت غریزی ساخته
اند و دل معدن حرارت است از ین سبب دل سخت
گرم است لاجرم او را حاجت آید که هوای سرد
بوی میرسد تا او سوخته نشود و این هوا که
گرد ما در آمده است بقیاس با حرارت غریزی
و دل سخت سردست هر وقت که مردم آن را
بنفس بکشد و آن هوا از شش بدل میرسد
خنکی این هوا حرارت غریزی را باعتدال
نگاه دارد و نگذارد تا سوخته شود چون
آن هوا گرم شود و از اعتدال بیرون شود و
سوخته گردد طبیعت آنرا بیرون اندازد و هوای
دیگر خنک بجود کشد اینست منفعت نفس کشیدن

وچون این معلوم شد ظاهر گشت که هیچ چیز را
در تن ما اثری نیست که هوا را لاجرم طبیبانرا
لازم آید طبع هر هوائی دانستن تا براندازه آن
صحت نفس را نگاه دارد و از بیماریها به پرهیزد

فصل سوم

در بیان تغیر هوا بسبب
گشتن فصلهای سال بباید دانست که فصل بهار
هم تری و خشکی معتدل است و هم سردی و گرمی
معتدل و با آنکه بهار در غایت اعتدال است
و در وی بیماریها بسیار افتد زیرا که اخلاط
در زمستان در تن فسرده باشد بسبب گرمی هوا
بهار گداخته گردد و در تن روان گردد اگر آن
خلط که در زمستان جمع شده باشد آن خلط سودا
بود در وقت بهار مالیخولیا بدید آید و اگر بلغم

بوده باشد صرع وسکته ظاهر گردد **علاج**
تن را ازان خلطها که در تن جمع شده باشد
پاك باید کرد بیش ازانکه حرارت ضعیف بیماری
انرا در حرکت آورد ورگ زدن درین فصل
اولیتر بود که در فصلهای دیگر ومضرت جماع
کردن درین فصل هم کمتر باشد وطعامهای لطیف تر
وسبك تر باید خوردن ومعده را ازطعام پر
نباید ساختن وگرمیها وشیرینها کمتر باید خورده
وشراب ناخوردن اولیتر واگر خورده شود
کمتر باید خوردن ومردم گرمی دار راشربتهای
خنك باید خوردن چون شراب غوره وشراب
انار وسکنگبین بکار باید داشت وریاضت
منفعت کند وطعامهای تلخ وشور نباید خوردن

وازعطرها گلاب یا آب شاه سفرغم آمیخته و
مثلثهای معتدل بکار باید داشتن فی الجمله
تن را ازخلطهای زمستانی پاکیزه باید کرد واز
امتلا نگاه باید داشت وچیزها که خلط زمستانی را
تیز کند وعفن گرداند ازوی دور باید کرد
اما فصل تابستان طبع او گرم وخشك است لاجرم
اخلاط را بگدازد وتحلیل کند وقوتها بدین
سبب ضعیف شود ورنگ روی زرد شود
وصفرای بسیار تولد کند زیرا که خلطهای
لطیف تحلیل شده باشد وغلیظ ماند **علاج**
غذا کمتر باید خورد وریاضت کمتر باید کرد
ومضرت مباشرت درین فصل بسیار باشد
لاجرم کمتر باید کرد وآسایش باید کنید ودر خانه

خنك بايد نشست ويخ وبرك بيد وكلاب
وصندل حاضر بايد كرد داشت واكر كسيرا بقي
حاجت باشد درين فصل بايد كرد ومسهل
قوي نه شايد خورد وازشراب كل وآب لبلاب
وآب ميوها وبنفشه وهليله زرد وخيار خنبر
درنشايد كذشت وكتان وكرباس نرم كازر شسته
بتن بازنكيرد ودربايد پوشيد وشربتهاي
خنك وغذاهاي ترش ودرين فصل بيشتر
بايد خورد وحال پيران وسرد مزاجان درين
فصل بهتر باشد اما فصل خزان خشكي بر طبع او
غالب است زيرا كه بدان اندك سردي كه درهوا
بديد آيد خشكي هوا كمتر شود چون هوا نيك خشك
باشد وازمخالطه بخارها صافي بود لاجرم لطيف

باشد وهرچه لطيف بود زود اثر پذيرد لاجرم
درشبها وبامدادها نيك سرد بود ودر نمازپيشين
نيك كرم بود بدين سبب فصل خزان نامعتدل
بود وسبب ديكر درنامعتدلي فصل خزان اينست كه
تنها بسبب كرماي تابستان ضعيف شده باشد
ومزاج ضعيف زاندكي اثر پذيرد لاجرم اثر بيماريها
درفصل خزان زود ظاهر شود وسبب سوم در
نامعتدلي فصل خزان آنست كه دران فصل
ميوها بسيار بود بدان سبب بيماريها ظاهر شود
علاج ازكرمهاي نيم روز وخنكي بامداد
حذر بايد كردن وسرپوشيده بايد داشت وجايي
كه
سرما يابد نشايد خفت وبآب سرد غسل
نشايد كرد ومباشرت نيز اندك بايد كرد وبرامتلا

نشاید خفت و اخلاط بدان تن دور باید کرد
تا در زمستان فسرده نشود و بعضی مردمان
باشند که ایشان را درین فصل مسهل و قی
نشاید کرد زیرا که بسیار باشد که قی کردن
درین فصل سبب تب شود و غذای گرم و تر
و اسفیدبا باید خورد و گوشت قدید و گوشت
صید و نمک سوده و طعام تیز و شور
نباید خورد و میوها بسیار نباید خورد
و کسوتهای بهاری نباید پوشید و از عطرها
لخلخهٔ معتدل و غالیه بکار دارد و شاه
سفرغم درین فصل زکام تولد کند و شراب
خوردن درین فصل موافق تر بود که در بهار
و مردم محرور مزاج را شراب ممزوج باید خورد

و از شربتها گلشکر و شراب پودنه و شراب
انار و پودنه بشکر و مفرحهای معتدل
بکار باید داشت **فصل زمستان** طبع او سرد
و ترست **علاج** ریاضتهای قوی باید کردن
و طعامها اگر بیشتر خورده شود روا باشد
از برای آنکه حرارت اندرون قوی بود
اولیتر آن بود که اسفیدباها و قلیه
خشک و قلیه ابکامه و گوشت بریان و مطجنه
و کباب باید خورد و در دیگها زیره و دارچینی
باید کردن و غذاها که از وی رطوبت فواید
نشاید خورد و شراب صرف و رنگین
و اعتدال باید خورد و اگر استفراغی
حاجت افتد داروی مسهل خوردن اولیتر که

از یخ ورک زدن بد باشد و از نشتنها
دواء المسك ومفرّح گرم ومعتدل وگل
بشکر وگل انگبین وهلیلهٔ پرورده وزنجبیل
پرورده ونوش دارو بکار باید داشت ومردم
کهل را وپیر را وسرد مزاج را بمثرودیطوس
وتریاق فاروق حاجت آید واز عطرها
عود ومثلّث مشکین بکار باید داشت
واز اسفرمها مثل ترنج وترگس ومانند این
بکار باید داشت وکسوتهای گرم باید پوشید
وسبک که بتن باز گیرد وگرم دارد وخزها
وپوستینهای روباه وسمور وپنبهٔ نو گرم
وسبک باشد ولیکن چون چند روز بر آید قوّت
وی کمتر شود **فصل چهارم** در شرح حال

تن مردم در هر شهری وجایگاهی حال شهرهای
گرم چون هوای شهری گرم بود وگرما بر ظاهر
تن مستولی شود وسردی در اندرون تن
گریزد لاجرم حرارت غریزی ایشان ضعیف
باشد بسبب گرمی ظاهر ان مردمان سیاه
پوست باشند وجعد موی وبسبب ضعیفی
حرارت غریزی بد دل باشند وطعام بد گوارند
ومردمان آن شهر زود تر پیر شود **حال**
شهرهای سرد چون سردی هوا جمع شود بر ظاهر تن
ایشان حرارت در اندرون گریزد ودر اندرون
جمع شود لاجرم حرارت غریزی ایشان
نیک بقوّت بود بسبب سردی ظاهر رنگ
ایشان سپید باشد وبسبب قوّت حرارت

عزیزی در باطن ایشان قوی دل باشند
وهضم طعام شوان نیکو باشد وخون بسیار
متولد شود لاجرم سرخ وسپید باشند وعمر
ایشان دراز باشد وفربه باشند وبندهای
اندامهای ایشان از بسیاری گوشت پید نبود
حال شهرهای نرم مردم شهرهای نرم پوست
ونیکو رنگ باشند ودر کارها زود سست
شوند ونازك باشند وتابستان وزمستان
معتدل باشند وبیماریهای بلغمی بسیار بود
حال شهرهای خشك مردمان شهرهای درشت
پوست باشند وخشك مزاج وتابستان ایشان
نیك گرم بود وزمستان ایشان نیك
سرد بود وکسانی راکه بیماریهای بلغمی

سود دارد حال شهرها که زمین ایشان
بلند بود سودمند بود بسبب بلندی که
پیوسته بادهای مختلف بوی رسد ودران
شهر هیچ عفونت تولد نکند لاجرم آن مردمان
تن درست ودراز عمر بودند وقوی دل
حال شهرها که در نشیب باشد سودمند نباشد
زیرا که بادهای مختلف دراندرون
اینچنین شهر کمتر رسد لاجرم عفونت دران
هوا ظاهر شود وبیماریها بسیار **مسکنهای**
که بر سنگ بود سنگ در تابستان نیك گرم
شود ودر زمستان نیك سرد ومردمان
آن سخت اندام وسخت گوشت وبسیار موی
باشند وبسبب غلبهٔ خشکی بدخوی ومتکبر

باشند وجلد وجنك جوي وخيال أيشان
بسبب يبوست درغايت قوت بود لاجرم
صناعتهاي خوب كنند مسكن كنار دريا
اينچنين شهرها بسبب تري هوا نه گرماي قوي
ونه سرماي قوي بس اگر دريا سوي شمال
باشد خود سرد بود بس چون باد بر دريا
گذشته باشد سردي او هر آينه زياده شده
باشد واگر دريا سوي جنوب خود باد غليظ
تر شود چون بروي بگذرد واگر دريا سوي
مشرق بود تري هوا زيادت باشد زيراكه
آفتاب بر دريا تابد وبخار برانگيزد واگر دريا
سوي مغرب باشد اين تري هوا اندك تر
باشد فصل پنجم درشرح هواي نيك

وهواي معتدل بهتر آن باشد كه هر فصلي
از فصلهاي سال بر طبع اصلي خود باشد
وهواي صافي بود يعني هيچ چيز غريب
با وي آميخته نباشد چون بخار درياها
وابدانها وخندقها وبيشها وزمينها ز آيند
وبخار پاليزها چون كرنب وسير وباقلي
ومانند آن وبوي آهك وبوي گلخنها ودودها
وعفونتها وگردها ودرميان درختان
انبوه وديوارها وسقفهاي بسيار بلند
نباشد ونزديك درختان چون درخت
جوز وانجير وبيد انجير وسوي شمال او گشاده
باشد وزمين او بلند باشد اين هواي نيك
باشد وسبب تندرستي وهوا غليظ

چنان بود که مردم بد شواری دم بتوانند
زدن آن هوا بد باشد و زمینی که مغاک
باشد و تا آفتاب بلند نشود در آن موضع
نتابد آن زمین نیک نباشد اما اگر وقتی
هوا بد شود و بدین در هوا بد پدید آید هوای
در میان دیوارها و عمارتها گرفته باشد
بهتر باشد از هوای گشاده و چون مردم در
شهری مقام کند که آن هوا بد باشد باید که
نهاد آن خانه بلند کند نیک و در سوی مشرق
سازند و روزنها فراخ کنند بعضی از سوی
مشرق و بعضی از سوی شمال و چنان سازند که
بامداد که آفتاب بر آید تمام در خانه تابد تا هوا را
لطیف کند والله اعلم و احکم مقاله سوم در شرح

مضرت هوای مختلف و علاج هر یک
بر سبیل تفصیل و این مقالت
شش فصل است فصل اول در مضرت هوای
گرم هوای گرم دل را گرم گرداند و مسام پوست
گشاده کند در اول وانگاه مسام بسته گردد
و صفرا زیادت کند و چون خون گرم گردد
و صفرا زیادت شود بخار آنها بدماغ بر آید
و درد سر پدید آید و تبهای نیز ظاهر گردد
علاج این کس باید که روی را بگلاب سرد
بشوید یا باب سرد اگر حاجت بیشتر بود
همه تن باب خوش بشوید و عطرهای خنک
ببوید چون صندل و گلاب و ضمادی
از برگ خرفه و صندل و آب گل و اذ یکی

کافور بر دل نهد و شربتهای خنک خورد
و غذاهای خنک چون مزوری که از آب
غوره سازند یا از بنفشه یا از زرشک و بعد ازان
بنگرند تا خلطها در حرکت آمده است یا نه
و نشان حرکت اخلاط آنست که درتن درد
یابد چنانکه هر ساعت آن درد از موضعی
بموضعی میبرود و در حرکت کردن فتور یابد
و اگر خلط صفراوی در حرکت باشد نشان
آن بود که در دماغ آوازها بدید آید
و تاریکی چشم و صداع و آغاز صداع
از پس سر باشد علاج مسهل سبک بکار
باید داشت چون شیرخشت و خیارشنبر
و خرمای هندی و دوغ سرد و فقاع سرد

تنش نافع بود فصل دوم در مضرت هوای
سرد که سرما سخت یابد یا در تن اخلاطی
فضلی بسیار بود چون سرمای سخت بروی
رسد حرارت غریزی در اندرون تن گرد
و مسام ظاهر تن بسته شود بدین سبب
عفونتی در خلطها فضلی بدید آید و اگر تن
پاکیزه بود از خلطهای فضلی چون سرمای
سخت بوی رسد آن سردی در اندرون تن
شود و حرارت غریزی را فرو نشاند و ضعیف
گرداند و چون تدارك نکنند حرارت غریزی
ضعیف شود و رطوبت اعضای اصلی ضعیف
عفن شود زیرا که نگاه دارنده رطوبت اصلی
از عفونت حرارت غریزی است علاج

آن عضوهاي ظاهر كه سرما بوي رسيده باشد
اورا بايد شستن بآب نيم گرم كه در وي چيزهاء
ملين ومفتح پخته باشند چون اكليل الملك
وبابونه وشبت واسپوس تا مسام گشاده
شود ودر اول كار روغن نبايد ماليد زيرا كه
ماليدن روغن مسام را بسته كند واما
نگاه داشتن دل واندرون شكم از سرما
نافع باشد شراب صرف قوي كهن ومعجونهاء
گرم وسير خاصيتي عظيم دارد زيرا كه او مقوي
حرارت غريزي است وچون سرما يافته شود
چرب وگوشتابه كه در وي بلبل ودارچيني
وسير كرده باشند نافع باشد فصل سوم
در آنچه از بوي ناخوش شنيدن رنجه دارد

روغن گل وروغن بنفشه وروغن نيلوفر
در بيني بايد چكانيدن وبر سر نهادن اگر
آن بوي ناخوش از چيزها خشك باشد واگر
آن چيزها تر بود علاج آن بعطرهاء
گرم بايد كردن چون بوي عود ومشك
وزعفران واب گرم بر سر ريختن واگر كسي را
سر درد خيزد از بوي انگشت صندل
وكافور بوي كردن نافع بود وپوست انار
وآبي سوختن بر آتش هركدام كه باشد
بوي كردن دود نافع بود پس اگر صداع
سخت شود آب نيم گرم بر سر بايد ريخت
وتكليف خواب بايد كردن وبا آب نيم گرم
استنشاق بايد كردن واگر اين حالت كسي را

افتد که از طعام ممتلی بود احتراز باید کرد
از طعام فصل چهارم در آنکه بوی خوش
باید رنجور شود بباید دانستن که همه
بویهای خوش نافع باشد دل را و دماغ را
لیکن باشد که بسبب زیادتی گرمی یا سردی
یا خشکی یا تیزی این رنجه بدید آمده است
علاج هر یک بضد آن باید کردن مشک
گرم است و کافور سرد و هر یک علاج آن
دیگرست علاج عود و زعفران کافور
علاج صندل مشک راست هر گاه که اثر
خشک ظاهر شود در ترطیب باید کوشیدن
چون بنفشه و نیلوفر و بروغنهای خشک
استنشاق کردن و اگر از بوی گل این زکام

ظاهر شود آب نیم گرم بر سر باید ریخت
و بنفشه و نیلوفر بوییدن و اندک مایه
پرهیز کردن تا رنج دفع شود فصل
پنجم در منفعت و مضرت عطرهای
مشک گرم و خشک است بدرجه سوم و
لطیف کننده است مر دماغ را و دل سرد را
قوت بسیار دهد و خداوند غشی را سود
دارد و مردم محرور را درد سر آرد بغایت
زیان دارد کافور سرد و خشک است
بدرجه دوم خون آمدن از بینی باز دارد
خاصه که با آب مورد در بینی چکانند
و معده را قوت دهد و مردیرا زیان
دارد و خداوند دل و دماغ گرم را سخت

سود دارد وپیوسته بکار داشتن بیخوابی
آرد **عود** گرم وخشکست بدرجه سوم
دروی قبضی است واسهال که از سردی
بود باز دارد وهمه احشا را قوت دهد
خاصه معده را ورطوبتهای عفن را معده
بیرون برد وبادها را بشکند ودرد
پهلو را زایل کند ودل ودماغ وجگر
سرد را سود دارد **عنبر** گرم وخشک است
بدرجه دوم ولطیف است سود دارد وبیما
ریهای سرد دماغی وپیران را منفعت
کند صندل سرد وخشک است بدرجه
دوم ضعیفی معده را ودرد سر گرم را
وآماسهای گرم را سود دارد صندل

سرخ سرد وترست از سپید **لادن** گرم است
بدرجه دوم وخشک است بدرجه اول
لطیف است ومحلل ومنضج موی را قوت
کند وریشها را برویاند **فصل ششم**
در اسپرغمها **گل** مرکب است از چند
گوهر قابض است وتلخ است وسردی و
خشکی وغلبه دارد وبوی او دماغ گرم را
سود دارد ودرد سر که از خون وصفرا
باشد زایل کند وخداوند دماغ گرم وتر را
عطسه آرد ومعده وجگر را سود دارد
واگر با مورد بپزند ریشهای مقعد را
سود دارد **بنفشه** سرد است بدرجه اول
وترست بدرجه دوم آماسهای گرم را

بگشاید وسینه را نرم کند وسرفه ودرد
سر گرم وخشك را سود دارد وسوزش
چشم را وسوزش معده را زایل کند
وشراب وذات الجنب را وذات الریه را
وگرده را وسوزش بول را سود دارد
نیلوفر همچون بنفشه است بوي او وخوردن او
قوت مردی را زیان دارد وآب پشت را
کم کند خاصه بیخ او وتخم او نرگس
معتدل است بوي او مغز را سود دارد
وروغن او عصبها را قوت دهد بیخ او
جراحتها برویاند وعصبهای گسسته را
بهم پیوندد واگر بیازا ویکی باد وخورند
قی آرد واگر داء الثعلب را بدو مالند موی

برویاند نسرین نوعی از گل است بپارسی
نسترن گویند ولطیفست میل بگرمی دارد
حیض بسته را بگشاید وآماسها ودردهای
چشم را سود دارد واگر بخورند اسهال
کند واگر ازوی گلشکر سازند لطیف بود
ومعده را سخت نیکوست ومسهلی موافق
بود تمام گرم وخشك است بدرجه
سوم ولطیف است ومحلل است قواف را
وپیچیدن شکم را زایل کند وحیض بسته را
بگشاید وادرار بول کند سوسن سپید
گرم وخشك است بدرجه دوم برگ او وشراب
بپزند وبر آماسهای بلغمی نهند تحلیل کند
وبیخ او بسایند وبر سوختگی آتش کنند

سود دارد وگر وبهق را وریشهای سر را
سود دارد گل او بروغن بپرورند عصبها را
قوت دهند **سوسن آسمان گون را** ایرسا گویند
بیخ او از بیخ سوسن سپید گرمتر است ولطیفتر
حیض بسته بگشاید وگرفتگی عضله را سود
دارد وشش را از ریم وخلط بد پاک کند
ومر خداوند اختلاج وسرگشتن ولرزیدن را
سود دارد ودرد پهلو را سود دارد **یاسمین**
لطیف است بگرمی وخشکی میل دارد و
دماغ تر را وعصبها را سود دارد واگر بکوبند
وبر کلف بر مالند کلف را زایل کند
مورد مرکب است از چند گوهر
وقوت هر گوهری مخالف دیگرست قابض است

واندروی رطوبتی است لطیف وگرمی
وخشکی اندک است وسردی وخشکی غلبه
دارد ودماغ را قوی کند وتخم او
گرم وتر است از برگ او واسهال خون باز
دارد ومعده را وجمله اجسام را زیان
دارد **سرو** گرم وخشک است بدرجه سوم
رطوبتها را بگدازد **مقالت چهارم**
در مشروبات بباید دانستن که مشروبات
سه قسم است آب وشراب مست کننده
ودیگر شربتها لاجرم این مقالت بر سه
بخش قسمت کرده شد **بخش اول** در شرح صفات
آبها ودر بخش او نه فصل است فصل اول
در منفعتهای آب خوردن حاجتمندی

مردم باب خوردن از برای پنج منفعت است
نه از آن جهت است که آب غذا دهد از بهر آنکه
جسمی بسیط است و جسم بسیط غذا ندهد
لیکن از منفعتهای آب یکی آنست که حرارت
غریزی که در تن مردم است پیوسته رطوبات
تن کم میکند و همچنین حرارتهای که بسبب
حرکتهای سخت حاصل شود همچنان رطوبت
تن کم میشود لاجرم مردم را باب خوردن
حاجت افتد تا رطوبت آب بجای آن رطوبتها
می ایستد منفعت دوم آنست که آب در معده
با طعام آمیخته شود قوام طعام بسبب آمیختگی
آب باوی تنک شود و بدان سبب در رگها
تنک و باریک درگذرد و بجمله اندامها برسد

منفعت سوم آنست که چون حرارت غریزی
در غذای عمل کند اگر آب با غذا آمیخته شود
باشد که حرارت غریزی از غذای رطوبت کم
کند و بدان سبب غذا سوخته شود و عفونت
پذیرد و فاسد گردد منفعت چهارم آنست که
بود که آب خوردن بجای علاج قوی ایستد
چنانکه جالینوس حکایت کند که مردی
بود که او را تب غب خالصه و اعضای غذای
او قوی حال بود او را مقدار دو من آب
یخ بدادند در حال مزاج او بصلاح باز آمد
و تبدیل پذیرفت منفعت پنجم آنست که
چون مردم آب سرد بخورد سردی آب حرارت را
باندرون تن گریزاند و آن حرارت بسبب جمع

شدن قوت گیرد و بر هضم کردن غذا یاری
دهد فصل دوم در اقسام آبها بدانکه آبها
دو گونه است یکی آنست که کیفیتهای
غریب باوی آمیخته نباشد وآن خوش و
صافی بود ودوم آنست که کیفیتهای
غریب باوی آمیخته بود امّا آبهای خوش
وصافی راهشت نشانه است نشان اول آنست که
نیك صافی وروشن بود زیراکه چون
آب برین صفت بود دلیل کند که هیچ جسم
ارضی غلیظ باوی نیست نشان دوم
از وهیچ طعم وبوی ظاهر نشود زیراکه چون
آب چنین بود دلیل کند که همچنانکه هیچ
چیز باوی نبوده در پیشتر زیراکه اگر چیزی

باوی آمیخته بودی از بوی آن چیز یا از طعم
آن چیز درین آب اثری باقی مانده بودی
نشان سوم آنست که نیك سبك بود وآن
بدان معلوم شود که کفهٔ ترازو را یکی
پر کنند بران آب بریزند وازآب دیگر پر
کنند و برسنجند هرکدام که وزن آن گران
تر بود آن غلیظ تر بود زیراکه گرانی او
خاصیت خاك است نشان چهارم آنست که
هر آب که در گرما زودتر گرم شود آن آب
لطیف تر بود وسبك تر بود زیراکه هر چیز که
که گرمی زود تر پذیرد وی بشبهت لطیف تر
وسبك تر بود نشان پنجم آنست که هر آن
آب که خوردن آن خوشتر بود وازوی

هیچ گرانی در معده محسوس نشود و لطیف تر
بود زیرا که گرانی او بر معده از برای آن بود که
بر رگها اندر نرود و نگذرد و آن از روی غلظت
بود نشان ششم آنست که او را ببندند و بپزند
آبهای بد پزند بسبب پختن بصلاح باز آید
زیرا که همه ابها را چون گرم کنند لطیف تر
شود و اجزای ارضی از وی جدا شود
و رسوب کند و اگر آب را در وقت پختن
پارهای پنبه تازه یا پشم پاکیزه در
افکنند پس بفشارند سخت نیکو بود
طریق دیگر که آب را مصعد کنند و بچکانند
همچنانکه گلاب را از گل جدا کنند سخت نیکو
باشد

فصل چهارم

در اقسام آبها بدانکه آبها دو گونه است یکی
از هوا فرود آید دوم آنکه از زمین برون
آید قسم اول آن آبها که بارانی بود باید
دانست که آبهای بارانی از آن آبهایی که
از زمین بر آید لطیف تر بود و ما درین
حجتها داریم حجت اول آنست که غلیظی
آب جوی بسبب آمیختگی خاک بود و باران
هرگز بر زمین نبوده است و هیچ کیفیت
بر هیچ وجه از زمین پذیرفته است باید که
آب باران از همه آبها لطیف تر بود حجت
دوم آنست که قطرهای باران در وقت
فرود آمدن حرکتهای عنیف کرده است
و حرکت سبب گرمی بود و گرمی سبب

لطافت بود و چون این اصل معلوم شد
گوییم که ما را درین باب مسئله هست گوییم
باران زمستان بهتر و صافیتر از باران
تابستان است از برای چهار سبب سبب اول
آنست که در زمستان تپش آفتاب ضعیف بود
لاجرم بخارهای غلیظ نتواند کشید
اما در تابستان حرارت قوی باشد لاجرم
هم بخار لطیف و هم کثیف غلیظ جذب کند
سبب دوم آنست که بخارها که در وقت
زمستان از زمین برخیزد و در وی اجزای
بخار و غبار کمتر بود زیرا که دخان در وقت
گرمی هوا بود و غبار در وقت خشکی
هوا بود اما در تابستان بسبب گرمی

و خشکی هوا دخان بود و هم غبار بود
و هر دو با بخار آمیخته باشند سبب سوم
آنست که سبب عفونت تاثیر حرارت غریب
در رطوبت باشد پس حرارت هوا که تا
در رطوبت باران عمل کند خالی نباشد
از اندک عفونتی اما در زمستان هوا
نیک سرد بود و هیچ عفونت دران باران
نباشد لاجرم صافیتر بود سبب چهارم آنست که
باران تابستانی کاریست بر خلاف طبیعت
و بر باران زمستانی کاریست بر موافقت
طبیعت و هر کار که بر موافقت طبیعت بود
فاضلتر بود از آنکه بر خلاف طبیعت بود
پس معلوم شد که باران زمستانی از باران

تابستانی بسیاری فاضل تر بود اما باران
بهاری ونیز ماهی میانه بود وبهاری بهتر بود
مسئله چرا باران که با رعد وبرق بود
لطیف تر بود جواب زیراکه رعد وبرق
از غایت مصادمت ومصاکت اجزای ابر
باشد وآن مصادمت هرآینه با خاك وگرد
آمیخته بود وان باران لطیف نباشد مسئله
آب باران اگرچه لطیف تر از همه آبها باشد
لیکن زود منعفن گردد ومتغیر شود
زیراکه هرچه لطیف تر تغیر پذیرنده تر و
زود تر بود اما قسم دوم از آبها واین آبی
بود که از زمین برآید وبدانکه آبها از دو گونه
است یکی آبهای رونده ودیگر آبهای ایستاده

وآبهای رونده فاضل تر بود از آبهای ایستاده
زیراکه آبهای رونده بسبب حرکت لطیف تر
باشد وآبهای رونده هم دو گونه است یکی
آنکه از چشمها روان گردد دوم آنکه از
گداختن برفها ویخها روان شود وچون
این اصل معلوم شد گوییم که چند مسئله آ
از تفاریع این اصل این مسئله اول آنست که
آب که از چشمها روان شود فاضلتر باشد
از آنکه از گداختن یخها وبرفها وروان شود
از برای سه سبب سبب اول آنست که چشمها
از بخارهای لطیف پدید آید که از قعر زمین
بسبب حرارت باطن بظاهر زمین آید
وهرآینه آن بخارها که از قعر زمین بظاهر

زمین آید سخت لطیف شده باشد بسبب حرکت
بسیار اما بخار برفها لابد بود که اجزای
هوا با وی آمیخته باشد در وقت فسردگی و آن
بسبب آن سپید نماید زیرا که آب خالص را
رنگ سپید نبود و چون هوا با وی آمیخته
شود سپید نماید پس معلوم شد که یخ و برف
آب خالص نیست بلکه اجزای هوا و غبار
با وی آمیخته است و هرچه مرکب بود عفونت
پذیرنده بود و ازین سخن معلوم شد که
آبی که از گذارش یخ و برف پدید آید در غایت
لطافت نبود سبب دوم آنست که آب چشمها
پیوسته در حرکت بوده است و هرکه حرکت او
بیشتر لطافت او بیشتر بود سبب سوم

آنست که دران وقت که یخ بوده باشد
در غایت سردی بوده باشد و دور نبود که
همچنان که طبیعت آب موجب سردی بود
کیفیت سردی او هم موجب زیادت سردی
باشد لاجرم سردی یخ در غایت کمال باشد
اما آب چشمها بسبب حرکت در لطافت
و گرمی بوده است پس پیدا شد که آب چشمهای
روان از آب یخها و برفها فاضلتر باشد و نیکوتر
مسئله بدانکه فضیلت آب چشمها را
بشش سبب بود سبب اول آنست که هر آبی که
منبع او دورتر بود آن آب لطیف تر بود
زیرا که زیادتی حرکت سبب زیادتی لطافت
بود سبب سوم آنست که راه گذر او پاکیزه

باشد از همه کیفیتهای ناموافق وقومی کفتند که
اکر راهکذر او بر سنك بود بهتر باشد از انکه
بر کل واین سخن نیکوست زیرا که سنك سخت
باشد واجزای غلیظ که با آب آمیخته بود نشف
کند اما چون راه کذرش بر خاك خالص بود
آن خاك اجزای غلیظ که با آب آمیخته باشد
نشف کند لاجرم بدان سبب آب لطیف تر شود
سبب سوم آنست که آب بزرك بود تا از برای
بزرکی وبسیاری چیز که با وی امیخته شود
اورا از طبع خود نتواند کردانیدن سبب چهارم
آنست که روی سوی مشرق دارد یا سوی
شمال تا بسبب لطافت این هردو جانب لطافت
آب را زیادت کند سبب پنجم آنست که سر کشاده

شود تا آفتاب در وی اثر میکند وبسبب تاثیر
آفتاب لطافت او زیادت میشود وبسبب
بادها که بر روی می جهد صفای او زیاده
میشود سبب ششم آنست که با این همه صفات
از جای بلند فرود آید تا بسبب این حرکت
فرود آمدن لطیف تر شود وچون جمله فضیلت
آب روشن است پس معلوم شد که هر آب که
این فضیلتها در وی بیشتر بود فاضلتر بود
وبباید دانست که آب کاریز بقیاس آب صحرای
بد باشد زیرا که آب کاریز متواتری میشود
از بخارهای اندك غلیظ که در زیر زمین
بوده است وقوت آن نداشته که از زمین
بر آید لاجرم بد باشد که اندك عفونت در وی

راه یافته باشد اما آب چشمها از مادّهای
متولد میشود که بسیار باشد وبقوت خود
زمین را بشکافته باشد پس هرآینه آب کاریزها
بقیاس با آب چشمهای صحرائی بد باشد
اما آبهای ایستاده بهترین آن باشد که
بسیار باشد وآفتاب دروی تابد زیرا که
اگر اندک بود بسبب اندکی زود متغیر
شود واگر افتاب دروی تابد بسبب تابش
آفتاب دروی زود ره یابد وبباید دانستن که
آبهای ایستاده بر سه قسم است قسم اول آب
چاهست واو اگرچه رونده نیست لیکن مادّه
او بسیارست قسم دوم آن آبهاست که از
زمین برآید وآنرا نزه آب گویند وآن آب

از آب کاریز وچاه بدترست وآب چاه وکاریز
بدان سبب بهترست که هرساعت که ازان چیزی
خرج شود تازه بیرون آید وبدین سبب حرکت
او پیوسته باشد وآب نزه را حرکت بدشواری
بود وبا زمین آمیخته بود وتا زمین عفن نبود
آب از زمین نتراید قسم سوم آن آبهاست که
درمیان درختان ونیستان ایستاده بود
خاصه که آفتاب بروی نتافته بود سخت بد
باشد زیرا که لطیف وتحلیل پذیرفته بود
وکثیف باقی مانده بسبب آمیختگی چیزها که
باوی آمیخته شده است وبسبب قوت آفتاب
ازان آمیختگی طعمهای غریب حاصل شده
وعفونت بدید آمده شنیده شد که امام اسمعیل

رحمة الله علیه میگوید که این چنین
آبها سپرز بزرگ کند وجگر ضعیف کند
وهمه اجشا را زیان کند ودست وپای
وگردن ودوشها را باریك کند وتشنگی
فزاید وباشد که استسقا آرد وباشد که
ذات الریه وزلق الامعا ودیوانگی وبواسیر
ودوالی آرد وکودکان را خایه بزرگ کند وهر
ریش که بدید آید نیك نشود وتب چهارم
آرد **فصل پنجم** در بسیاری آب
خوردن بدانکه در آب خوردن سه مضرت
بزرگ است مضرت اول آنست که آب سرد و
ترست بس وحرارت غریزی را ضعیف کند
وچون همه قوتها که تدبیر تن میکند بواسطه

حرارت غریزی میکند چون حرارت غریزی
ضعیف شود قوت جاذبه جذب غذا بواجبی
نتواند کرد وقوت هاضمه هضم صالح نتواند
کرد ودافعه دفع ثقلها نتواند کردن وقوت
حس وحرکت را نقصان ظاهر شود وخلل در همه
تن بدید آید مضرت دوم آنست که آب چون
با طعام آمیخته شود ودر رگهای ماساریقا
بجگر رسد قوت ممیزه که در جگر بود آن
آبها را بتمامت از غذا جدا نتواند کردن پس
آن آبهای زیادتی با غذا آمیخته اگر در میان
پوست شکم وغشاهای زیرین بماند استسقای
زقی بدید آید اگر همچنان با خون بجمله
عضوها رسد استسقای لحمی بدید آید وچون

گرده تیز نتواند کردن بتمامت گرده ضعیف
شود و ادرار البول بدید آید مضرت سوم
آنست که چون آب بسیار خورده شود طعام را
بیش از قوت هضم بجگر رساند و در رگها
تنفید کند بس طعام نا هضوم باندرون رگها
رود مایه بلغم مستحکم گردد علاج خواجه
ابو علی میگوید که اندکی از معجون مثرودیطوس
یا معجون اثاناسیا بکار برد و غذا از چیزی
سازد که تشنگی نیارد چون شوربای
اسفاناخ و بقوت آب خوردن شراب لطیف
فصل ششم اندر مضرت آب سرد آب سرد
خوردن در شش موضع روا نیست موضع اول
برمعده تهی آب سرد خوردن روا نیست.

زیرا که معده را ضعیف کند و تشنج اعضا
بدید آرد و تب لرزه بر مردم افتد و دندانها
و عصبها را زیان دارد و دماغ را نیک
ضعیف کند و جمله بیماریهای دماغی ظاهر
گردد و زکام و نزله قوی بدید آید از برای
دو سبب یکی آنکه میان معده و دماغ مشا رکتست
بواسطه عصبی بزرگ دوم آنکه حرارت
معده در رطوبت آب عمل کند بخاری
سرد غلیظ از معده بدماغ بر فرستد و
همچنین جگر را سرد کند و ضعیف کرداند
و سخت زود بود که باستسقا انجامد والله
شیدا اسماعیل کوید اگر کسی را صبر از آب
خوردن بر معده تهی نباشد نسخت باید که

شراب با آب سرد بیامیزد و بخورد و اگر فصل
زمستان باشد باید که با آب گرم بیامیزد
علاج آنست که از پس آب قدری شراب کهن
صرف بکار برد از پس آن نان خشك و کاك
و چیزهائی که تری آب نشف کند بخورد
تا تری آب را از انکه بگذرد باز دارد موضع دوم
آنست که همچنانکه آب خوردن بر معده نهی
روا نیست از پس طعام هم بزودی روا نیست
از برای چهار سبب سبب اول آنست که چون
مردم طعام خورد معده گرد آن طعام درآید
چنانکه هیچ گشادگی نماند میان طعام و معده
بدین سبب آن طعام را هضم کند چون آب
خورده شود و آن آب گرد طعام درآید

و جدا کند سطح معده را از سطح طعام لاجرم
هضم بواجب نکند سبب دوم آنست که نیمه
زیرین معده دو طبقه است طبقه بیرونی
از گوشت است و بالای معده از عصب است
چون آب خورده شود طعام از قعر معده
ببالای معده برآید چون بالای معده
از عصبست و سردست لاجرم هضم تمام
حاصل نشود سبب سوم آنست که اصلاح
غذا را قوت می باید کردن و عمل قوت
هاضمه بواسطه حرارت بود چون آب
سرد خورده شود حرارت ضعیف گردد
و هضم فاسد شود سبب چهارم آنست که چون
آب خورده شود طعام را رقیق و مهضوم

بجگر ورگها برساند وسبب درد معده وجگر
شود اولیتر آن بود که سه درتی آنی بخورد
یا بر سبیل عصر آبهاء زیاده تی را باد راحد ا
کند وبعد ازان قدری شراب صرف بانگبین
بخورد تا از سردی آب خلاص یابد واگر اندکی
تخم کرفس بخاید بکار برند نیک باشد واگر در معده
یا جگر دردی باشد معجون کمونی بکار دارند
موضع سوم آب سرد خوردن از پس مباشرت
کردن یا ریاضت سخت روا نیست زیرا که درین
وقت مسام گشاده شود موضع چهارم اگر تشنگی
در شب غلبه کند آب خوردن روا نیست
زیرا که حرارت غریزی بشب در اندرون
رفته بود واعضای رئیسه گرم شده ومسام

گشاده گشته پس آب خوردن روا نبود بس
بران تشنگی بخسبد ظاهر آن بود که طبیعت
آن مادّه را که تشنگی آرد تحلیل کند امّا اگر
مخمور بود وتشنگی از خمار حاصل شده باشد
واگر نه طعام شور یا تیز خورده بود بمقدار
تسکین تشنگی آب خوردن روا بود موضع پنجم
از پس طعام گرم آب سرد خوردن زیان دارد
اندکی صبر باید کردن واگر چاره نبود آب را
اندکی در دهان باید داشتن پس فرو بردن
موضع ششم مرطوب را صبر کردن بر تشنگی
سود دارد ومحرور را زیان دارد پس پیدا
شد که آب سرد باعتدال خوردن نافع بود
ومعده محرور را سخت موافق بود ومعده را

قوي كند وطعام را بگوارد وبخارها از وي
سر باز دارد ونگذارد كه خون تباه شود وعفونت را
دفع كند اما اگر مردم بيمار را خواهد كه
خلطي پخته شود آب سرد خوردن زيان دارد
ودر بيماريهاي گرم سود دارد اما آب سخت
سرد همه كس را در همه موضع زيان دارد خاصه
كساني را كه در آلات شكم ايشان اماسي يا زخمي
باشد وحرارت غريزي را بكشد وهمه قوتها
ضعيف كند ومضرت او در دماغ وعصب
ظاهرتر شود **فصل هفتم** در آبهاي
سرد كرده به يخ وبرف بهترين يخها آن بود كه
از آبهاي صافي متولد شود بطبع خود بسته
شود چنانكه يخ جيحون وچون يخ صافي بود

خواه اورا در آب نهند وخواه كوزهٔ آب در وي
سرد كنند هيچ تفاوت نبود وبهترين برفها
آن بود كه بر سنگها بود وبر زمينهاي سخت
پاكيزه وبا اين همه شرطها آب يخ زيان كار بود
كسي را كه معدهٔ او ضعيف بود واحشاي
ضعيف بود **فصل هشتم** در آبهاي متغير
واين بر شش قسم است قسم اول آب گرم كرده
بر آتش اگر نيم گرم باشد منش كشتن آرد و
معده را ضعيف كند واگر گرمتر باشد باد
سپرز بشكند وباشد كه قولنج بگشايد ومالنخوليا را
ودرد چشم را وريش بن دندانها واماس
بن گوش ونزله را وبيماريهاي سينه را سود دارد
وادرار كند وحيض بياورد ودردها را

بشکند قسم دوم هر آبی که در کردابهای
ایستاده باشد و آفتاب در وی تافته و متغیر
گشته سخت زیان کار بود از برای سه سبب
سبب اول انکه طعام را لطیف نتواند کردن
و از فم معده فرو نتواند بردن لاجرم هر
ساعت تشنگی زیادت شود سبب دوم
آنست که اینچنین آب اجزای ارضی آمیخته
بود و بدان سبب بلغم زجاجی متولد شود
و بود که بلغم با سودا آمیخته شود و بیماریهای
سدد بدید آید و بواسیر هم تولد کند سبب
سوم آنست که بسبب عفونتی که در وی
بود قوت را ضعیف کند قسم سوم آبهای
معدنی است اما آن آب که از معدن زر بیرون

آید از همه آبها بهتر بود و آب معدن نقره
بوی نزدیک است اما آب معدن آهن همه
احشا را سود دارد خاصه معده را و گرده را
و قوت مردی زیادت کند و سپرز را بکدازد
و معدن مس بمعدن آهن نزدیک است
کام و دهان چون رطوبت غالب شود سود
دارد و همچنین چشم را که رطوبت غلبه کرده
بود و گوش را که از وی تری آید سود دارد
ولیکن خاصیت او در بدی آنست که تاریکی
چشم آرد و گرانی گوش و آوازها در سر بدید
آید علاج شربتهای خنک خوردن
در وی قبض بود و طعامها چرب و توتیا
پرورده با آب غوره در چشم کشیدن

و روغن خیری در گوش چکانیدن اما آب
معدن گوگرد بهق را و برص را و اماس بدنها را
و نقرس بلغمی را و کندنه که بتازی ثالول
و ثؤلول گویند و درد عصبها و فالج را و لرزیدن را
و ریش سر را و دشواری آب تاختن را
و درد رحم را سود دارد خاصه که اندرو
نشیند و محرور مزاج را زیان دارد زیرا که
رطوبتی که در تن ایشان باشد بسوزد و
عفن گردد و از جمله مضرتهای این آب یرقان
است و خارش خشک و تب غب و تب مطبقه
و صداع خشک آرد و درد چشم و نزلهای
نیز و لاغری اندام علاج آنست که این آب را
در شیشه گلاب گیران بچکانند تا بصلاح باز آید

و اگر اندکی سرکه با وی بیامیزند و اندکی گل ارمنی
و گل مختوم در وی اندازند هم بصلاح باز آید
اما اگر همچنان خورده شود علاج او آنست که
با شراب بنفشه بیامیزند تا مضرت او کمتر
شود و سکنجبین شکری و شراب به و شراب
سیب بیامیزند همه نافع بود و غذاهای چرب
نافع بود اما آب معدن زاک و نفط مرطوبان را
موافق بود و محروران را زیان دارد و آب معدن
زاک و شب خون از گلو برآمدن را سود دارد
و بسیار آمدن حیض را باز دارد و طبع را
خشک کند و باشد که از وی قولنج تولد کند
و زنانی که بچه افکنند بچه ایشان در شکم
نگاه دارد ولیکن طبیعت را بسته کند و آواز

درشت کرداند وعسر البول بدید آرد علاج او
آنست که طعامهای چرب خورند و روغن زیت
یا روغن بادام اندك اندك بندرنج وشراب
بنفشه وشراب آلو نافع باشد وبغداجسوی از
نخاله وشکر وروغن بادام اما آب زرنیخ سخت
بد باشد وازوی احتراز باید کردن اما آب
دریا سود دارد وبیماریهای عصبی را چون
چون فالج ورعشه ونقرس وگر و قوبا ودرد
سرکه از سردی بود واستسقا را سود دارد
وگزیدن افعی را وجمله حشرات را لیکن دماغ
بد باشد واخلاط را بسر برآورد بدین سبب
سر بر آب دریا نشاید بردن فصل نهم
اندر طعامهای آب شور آب شور با سرکه و

سکنکبین باید خوردن ودیگر چیزها قابض
چون مورد انه وخرنوب وزعرور را اندروی
افکند تا مضرتها ورا دفع کند وآب تلخ را
با چیزهای چرب وشیرین باید خوردن
وآب غلیظ را از پختن نیك توان کردن واگر
با شراب خورند لطیف کند و[illegible] او ببرد وآب
زاك را با چیزی باید خوردن که طبع را نرم
دارد وآب اپسنا ده هیچ غذای گرم نشاید
خوردن ومیوهای خشك باید خوردن بطبع
چون آبی وریواج وشراب مورد ومانند آن
میوها وتریاق سمه آبهای مختلف بنا زست
خاصه که بسرکه پرورده باشند بخش دوم در شراب
فصل اول در منافع شراب بدانکه اگرچه شراب

حرامست در شرع لیکن طبیب را از دانستن مضرت
ومنفعت آن گزیر نبود بباید دانستن که منفعت
مردم در شراب خوردن دو قسم است یکی آنکه
تعلق بصفاي روح دارد دوم آنکه تعلق بقوت
تن دارد اما انچه تعلق بصفاي روح دارد
از سه نوعست نوع اول آنست که آدمی را تقویت که
از قوت مفکره گویند و بدانکه بدان قوت
پیوسته در کارهای گذشته رود وان کارهاء
آینده اندیشه کند وبسبب اندیشه کردن در گذشته
غم بسیار حاصل میشود که چرا آن کارها بر وفق
مراد نیامد وسبب اندیشه کردن در کارهاي
آینده تشویشی در خاطر مي آید که مرا فلان کار
مي باید کرد تا بفلان مقصود برسم وفلان کار

بباید کرد تا از فلان بلا خلاص یابم ومعلوم است که
اغراض ومرادات آدمی را نهایت نیست بس مردم بسبب
اندیشهاي بي پایان در رنج وتیمار ومحنت باشند
ازین سبب چیزی جستانند که این اندیشها را
از خاطر ببرد و دل بدانچه نقد وقتست قانع کرداند
هیچ چیزی نیافتند مگر شراب بس مردم از براي
این غرض بدان جوهر رغبت کردند نوع دوم
از منفعت شراب آنست که شراب را خاصیتی است که
هرکس را خوي بروي غالب باشد در وقت شراب
خوردن ان خوي بروي غالب تر شود ظاهر کردد
وهرچه جز آن سیرت بود از وي برود اگر مردی
بود که عادت او آن باشد که در علمهاي باریك
اندیشه کند ومشکلات را حل کند در وقت شراب

خوردن آن کار بروی آسان تر شود و اگر شخصی
بود که سخاوت بر طبع او غالب بود دران وقت
سخاوت زیادت کرد د پس عاقلان از برای
تکمیل اخلاق و تقویت خاطر و تصفیت طبع بوی
رغبت کردند نوع سوم از منفعت شراب آنست که
حکما گفته اند که الانسان خلق فعالا بالطبع
یعنی آدمی را چنان آفرید که خواهد که پیوسته
بکاری مشغول باشد که چون ملالت بر طبع آدمی
مستولی شود خواست تا بکاری مشغول باشد که
هر ساعت او را حالتی نو بدید آید و آن معنی
حاصل نشد مگر در شراب خوردن زیرا که چون
مردم بدان کار مشغول شود هر ساعت حالتی
نو و صفتی غریب در وی بدید آید از برای

این سه غرض بعضی از مردم را بشراب خوردن
رغبت افتاد اما اسباب قوت تن چهار است منفعت
اول که طبع حیات گرم و ترست زیرا که گرمی
اقوی الفاعلین است و تری اضعف المنفعلین
و هر که که اقوی در اضعف عمل کند فعل بغایت
کمال آید و طبع شراب گرم و ترست پس طبع شراب
موافق طبع حیاتست و هرچند چیزها که گرم
و ترست بسیارست لیکن آن چیزها قوت نفوذ
در شریان و در همه اعضا نیست و شراب از راه
لطافت در همه اعضا راه نفوذ دارد پس شراب
با آنکه طبع حیاة دارد زود نفوذ کند و در
رگهای باریک راه یابد ازین سبب شراب موافق تر
آمد منفعت دوم آنست که رئیس مطلق در تن

تن دل است وجوهر شراب معشوق دل است
ودلیل بر آنست که طبیبان گفته اند که شراب
نیک سرد نباید خورد زیرا که بیش از آنکه شراب
در معده گرم شود ودل آنرا جذب وجود
کشد وبسبب سردی شراب حرارت غریزی فرو میرد
بس معلوم شد که دل هیچ چیز بجود نکشد که شراب را
واز شراب بخاری لطیف متشابه روح حیوانی
متولد شود ودر رگهای جهنده که آنرا شریان
گویند بگذرد بهمه تن برسد چون شراب سبب
زیادتی روح دل است لاجرم آن منفعت از هیچ
چیز یافته نشد مگر از وی منفعت سوم آنست که
چون رسیدن او بدل سخت نزدیک است بسبب
لطافت بزودی روح شود لابد بود که آن روح

بهمه اعضا برسد همچنانکه روح حیوانی از وی مدد
یابد حرارت غریزی از وی هم قوت می پذیرد
زیرا که روغن هر چراغ را وچون حرارت غریزی
قوت گیرد همه اعضا از و قوت پذیرد زیرا که
همه قوتهای جسمانی که فعلها میکنند همه بواسطه
حرارت غریزی میکنند بس قوت هاضمه قوی
شود واگر حصه غذا نا هضوم مانده بود هضم
کند وقوت دافعه قوی گردد اگر فضله مانده
بود دفع کند بس لابد بود که مزاج تن بصلاح
باز آید وحواس خمسه ظاهر شود وچون زیاد
گردد معده وامعا از فضلها پاکیزه گردد منفعت
چهارم آنست که او همه قوتها بر تصرف کردن
یاری دهد وهمه مادتهای غلیظ را تحلیل کند

ومصلحت تن جز درین دو نیست بس از براي این
اغراض بدین کناه بزرك درافتادند وبدین
کار رغبت کردند **فصل دوم** در بیان
انکه چرا شراب انکوري از همه شرابها بهترست
اطبا درین معني چهار سبب کفته اند سبب اول
آنست که هیچ میوه که اورا بفشاري عصارهٔ
آن بدان لطافت وصفا نبود که عصارهٔ انکور
چون لطافت او بیشترست باید که کذر یافتن
او در رکهاي باریك زودتر باشد **سبب دوم**
آنست که درخت انکور چوبیست بس غلیظ
وکثیف وبدان ماند که آن چوب کثیف چون
روافی است وهرچند رواق غلیظ تر آن رطوبت که
جدا شود صافي تر ومروق تر باشد **سبب سوم**

آنست که همه میوهها یا در حرارت زایداند یا
در برودت یا در رطوبت یا در یبوست مکر
انکور که در غایت اعتدال است در حرارت
وبرودت ورطوبت او رطوبتي است موافق
رطوبت تن انسان **سبب چهارم** آنست که رطوبت
او رطوبت اصلي است نه عرضي بخلاف شرابي
که از انکبین یا از موین کنند زیرا که رطوبت
آن شرابها همه رطوبتهاي بیکانه است چون
این همه صفات در غیر این شراب یافته نمي
شود لاجرم این شراب از همه شرابها نافع تر بود
فصل سوم در بیان مضرت شراب
بدانکه هرکاه که شراب خورده شود
وبقدر اعتدال بود بدن بروي مستولي

شود لاجرم حرارت غریزی در دل زیاده
شود بر آن حرارت در همه تن پراکنده گردد
ومعلوم است که قوتهای جسمانی که در تن کار
کننده اند و بواسطهٔ حرارت غریزی کار توانند
کردن پس بواسطهٔ حرارت غریزی قوت جاذبه
زیادت شود جذب غذا بهتر کند و چون حرارت
غریزی قوی گردد مادها را که غلیظ شده
بود پخته کند وقوت دافعه بقوت پر دفع آن
قادرتر بود و چون قوت دافعه مادهای
غلیظ خالی شود و بلغم از معده زایل گردد
و بادها که در امعا باشد شکسته گردد و ما
دهای فاسده که در گذرهای عصبها باشد
زایل شود لاجرم حواس صافی تر شود و رنگ

روی خوب تر شود بعد ازان بواسطهٔ قوت
جاذبه و بقوت هاضمه غذا بعمق فرو آید
ورگها فراخ شود و روح حیوانی وطبیعی و نفسانی
در همه اجزا ساری شوند اما اگر شراب بیش
از قدر حاجت خورده شود ورگها پر شود
وحرارت غریزی را دم زدن ممکن نبود یا فرو
میرد یا کم شود همچنانکه چراغ را روغن چون
بیش از قدر حاجت در ریزند فرو میرد یا
ضعیف تر شود و چون حرارت غریزی ضعیف
شود آن شراب ناهضوم بماند و بلغم گردد
ومضرت آن در همه تن پراکنده شود و ما بعضی
ازان یاد کنیم اما آنچه از فضلهای دماغ
پر شود آن دماغ یا گرم بود یا سرد واگر

دماغی گرم بود فضلها سوخته شود وازان
دیوانگی یا وسواس بدید آید ورمد خشک
ودرد گوش وسرسام گرم ظاهر شود واگر
دماغ سرد بود بسبب آن مایهای بلغمی زیادت
شود وازوی صرع وسکته ولقوه وفالج
وسرسام سرد وفراموشی ورعشه وکابوس
ونرسیدن درخواب وبیداری بی سبب ورمد
رطب وسبل وضعیفی حواس ظاهر شود واما
آنچه از فضلها که در دیگر اندامها بود وباز ماند
تبهای سخت واماسهای بزرگ وضعیفی دل
ومعده وجگر بدید آید وانچه ازین مادها
بجانب پا فرود آید ازوی نقرس متولد شود
وضعف اعصاب بدید آید وبباید دانستن که

مزاج دل عاشق شراب است هر وقت که شراب
بسیار خورده شود دل بسیار شراب بخود کشد
وروا باشد که چندانی بخود کشد که تجاویف دل
پر شود وجای نفس در رفتن نماند وچون چنین
شود حرارت غریزی فرو میرد ومرگ مخاطره
ومفاجا بدید آید وآنچه ازین فضلها در جگر
جمع شود واگر جگر گرم بود بسبب گرمی جگر
وگرمی شراب جگر گرمتر شود وخون را بسوزاند
ومادهٔ صفرا وسودا تیزتر شود وتبهای صفراوی
وسوداوی بدید آید واگر جگر در اصل سرد بوده
باشد چون شراب خورده شود حرارت غریزی
ضعیف تر شود وجگر سردتر شود وشراب را هضم
نتواند کردن بدین سبب فضلها بدید آید ودرتن

پراکنده شود وستی بدید آید وبا استسقا انجامد
وازین تفصیل که برشمردم معلوم شود که همچندان که
درشراب اندک خوردن منفعت است بسیاری
آن مضرتها وبیش است **فصل چهارم**
دربیان انکه شراب موافق طبع کیست کودکانرا
طبع گرم وترست وچون گرمی وتری شراب در
گرمی وتری کودکان درآورده شود مزاج
از حد اعتدال بیرون شود بلکه اگر کودکی
باشد که مزاج او بسردی میل دارد اورا اندکی
شراب زیان نکند اما جون طبع او گرم وخشک
بود دربیشتر حالها وصفرا بروی غالب بود
شراب ویرا سبب بیماریهای صفراوی شود
اگر مردم کهل شراب خورد اورا موافق باشد

زیرا که مردم را در وقت کهولت حرارت غریزی
روی بنقصان دارد وچون شراب خورد
حرارت ورطوبت غریزی اورا مدد کند لاجرم
اورا موافق بود اما مزاج پیر سرد وخشک بود
وطبع شراب گرم وترست اورا سخت موافق بود
اگر باندازه خورد اما اگر بسیار خورد حرارت
غریزی او سخت اندک است هضم نتواند کردن
لاجرم نامهضوم بماند وسبب بیماریهای سخت بود
فصل پنجم دربیان انکه شراب در
کدام فصل موافق تر باشد شراب خوردن
در اول بهار ومیانه بهار چون بافراط نبود
نافع بود زیرا که خلطهای بسیار در فصل زمستان
گرد آمده باشد شراب لطیف کند آن خلطها را

ویا دراذرار باجابت طبع بیرون آرد امّا در
آخر فصل بهار واوّل تابستان تا باوّل فصل
خزان شراب خوردن صواب نبود خاصّه شراب
کهن واکر مرد شراب خواره کرم مزاج بود سخت
زیان کار بود بس اکر خورده شود ممزوج
باید کرد باب سرد وخانه خنك وغذا از ترشها
موافق باید ساختن وازمستی تمام پرهیز باید کردن
امّا اکر در فصل خزان بیوسته خورده شود
سود دارد لیکن شراب نو باید وصافی امّا در فصل
زمستان اکر اندك خورده شود موافق بود
اکر بسیار خورده شود زیان کار بود **فصل
ششم** درشرح حال انکس که شراب خوردن
عادت نکرده بود چون کسی شراب نخورده

بود بس بخورد دردسر آرد وتب سرکشش واکر
مرطوب بود قی ومنش کشش آرد چون ابتدا
خواهد کرد باید که طعام موافق خورده شود
بس شراب اشامد تا کرانی طعام از معده
او بکذرد باید که ازهمه رنجهای بدنی ونفسانی
آسوده باشد وخوش دل باشد ونخست شراب که
خورد وصافی تر وخوشتر وباآب ممزوج کند
تاطعم شراب شکسته شود تا معده اورا قبول
کند واندك اندك تاطبع باشراب بیامیزد
واکر مرد مرطوب بود اندك اندك ازآب
میکاهد ودرشراب می افزاید تا بدین طریق
طبیعت باشراب خوردن فراکیرد **فصل هفتم**
درشرح حالی که مردم مست رابدید آید ماآنرا

در بیست مسئله شرح دهیم مسئله اول چرا شراب
خوردن مستی آرد جواب زیرا که شراب بطبع
گرم وتر است چون بمعده رسد حرارت غریزی
در وی اثر کند از وی بخاری برخیزد وبالای
دماغ بر آید دو حالت بد بدید آید یکی آنکه روحهای
دماغی تر کند وغلیظ گرداند دوم آنچه بخارها
تر در مجاری اعصابی که از دماغ رسته باشد
فرود آید از آن تری دماغ لازم آید واز هر
خاطری حالتی دیگر ظاهر شود گاه دست میزند
وگاه پای میکوبد وگاه میخندد وگاه میگرید
وگاه غمگین میشود وگاه شادی کند زیرا که
خاصیت تری آنست که زود صورتها پذیرد
وزود رها کند اما فرود آمدن بخارها بمجاری

اعصاب لازم آید که ارواح نفسانی حساسه ومحرکه
واز عصبها بتمامت بتواند گذشت لاجرم در قوتهاء
حس وحرکت خللها بدید آید بدین سبب در وقت
مستی نیکو نبیند ونیکو نگوید ونیکو نشنود
ونیکو نرود مسئله دوم چرا مردم را در میانه
شراب خوردن طرب زیادت شود ودر آخر
شراب خوردن عربده کند جواب زیرا که
مردم را در میانهٔ شراب خوردن روح دماغ
تر شود واز آن سبب از اندیشه کردن در حالهای
گذشته وحالهای آینده خلاص یابد لاجرم
خوش دلی حاصل آید لیکن هنوز قوت
مفکره برقرار بود لاجرم شادی میکند وحرکت
نکند اما باخر مستی قوت مفکره باطل شود

وحالتهای مختلف متولد شود وچنان پندارد که
مردم بروی استحقار میکند لاجرم عربده
کند مسئله سوم چرا مست چیزها بیند که
گوئی که آن چیز برخود میگردد جواب
زیرا که چون شراب خورده شود از معده
بخار لطیف برخیزد وبدماغ برشود زیرا که
طبع بخار آنست که ببالا برسد وچون شکل
سر گرد است آن بخار در سر گردان شود
وسبب گردیدن بخار روح باصره با بخار آمیخته
شود وباوی بگردد بدین سبب مردم هرچه
بینند پندارند که آن چیز می گردد مسئله
چهارم چرا مردم مست در آخر مستی احول شود
جواب زیرا که دو عصب مجوف اند وجانب

دماغ حق تعالی آفریده است وبیک دیگر
پیوسته وراه هر دو در یکدیگر گشاده شده
وروح باصره در آن گشادگی جمع شده باشند
چون مردم بسلامت بود آن هر دو عصب
یکسان باشد لاجرم آن دو صورت که در دو چشم
پدید آید در یک ساعت بدان گشادگی رسد
مردم یک چیز را یکی بیند اما در وقت مستی
دماغ تر شود پس بود که مادهٔ بخاری در
عصب بیشتر شود لاجرم آن عصب دراز تر
شود پس آن دو صورت که در دو چشم
پدید آید در یک ساعت بدان گشادگی نرسد
بلکه از عصب کوتاه زودتر رسد از عصب دراز
بدین سبب آن دو صورت در وقت دیده

شود لاجرم یکی را دو بیند مسئله پنجم
طبع شراب گرمست پس چرا چون مردم مست شوند
سرما یابنده تر شوند جواب از برای سه سبب
سبب اول آنست که چون شراب بسیار
خورده شود طبیعت هضم او نتواند کردن
پس آن شراب نامهضوم بلغم شود و بلغم
بطبیعت سردست لاجرم بدین سبب مست
سرما یابد سبب دوم آنست که رطوبتها که
در تن آدمی است بسبب شراب لطیف تر شود
و هرچه لطیف تر بود از تنها زودتر بدر آید
لاجرم سردی هوا درو زودتر اثر کند
سبب سوم که بسبب لطافت شراب مسام
گشاده شود لاجرم هوا دران مسام راه

یابد و سرما بیشتر یابد مسئله ششم
چرا کسانی که بر شراب مواظبت نمایند
ایشان را فرزند کمتر بود جواب زیرا که شراب
بسیار خورند طبیعت آنرا هضم نتواند کردن
بلغم شود لاجرم منی ایشان بلغمی بود و فرزند
متولد نشود زیرا که قوت مولده جز بواسطه
حرارت غریزی نتواند کردن مسئله هفتم
چرا آن کسان که شراب صرف خورند ایشان
تاریکی چشم و گردیدن سر کمتر پدید آید و آن
کسان که شراب ممزوج خورند ایشان را اعراض
حادث گردد جواب زیرا که چون شراب
با آب آمیخته شود اجزای آن آب در اندرون
اعضای اصلی برساند و چون هضم نتواند کردن

هم آنجا بازمانده وبلغم شود وچون در
دماغ بلغم بدید آید دوار بدید آید **مسئله**
هشتم سبب ارتعاش سردی است وشراب
گرم وترست چرا کسانی که شراب بسیار خورند
مرتعش شوند **جواب** زیرا که شراب بسیار
خورند طبیعت هضم آن نتواند کردن لاجرم
آن شراب در رگها بلغم شود وسردی آن
بلغم حرارت غریزی را ضعیف کند وضعف سبب
ارتعاش شود وسبب دوم آنست که چون
رگها از بلغم پر شود وروحهای نفسانی و
حیوانی وحرارت غریزی راه گذر نیابد لاجرم
خلل در افعال حس وحرکت بدید آرد **مسئله**
نهم طبع کودکان وجوانان گرم است

وموافق طبع شراب است چرا کودکان را شراب
نباید خورد وجوانان را باید خورد **جواب**
زیرا که طبع کودکان گرم وترست برایشان را
بترطیب حاجت نباشد اما طبع جوانان گرم
وخشك است لاجرم ایشان را بترطیب شراب
حاجت آید **مسئله دهم** چرا بعضی مردم در وقت
مستی جماع نتوانند کردن **جواب** از برای سه
علت **سبب اول** آنست که مزاج اصلی ایشان تر
بوده باشد ودر وقت شراب بخارهای تر
بدماغ بر شود وبمجاری اعصاب فرود آید لاجرم
آن تری زیادت شود وقوت ضعیف گردد
سبب دوم آنست که ما پیدا کردیم که تن
در وقت مستی بیشتر سرما یابد واستیلای

سرما برتن مانع باشد ازین کار سبب سوم
آنست که تولد منی از فضل هضم چهارم است
واین چنان بود واین انگاه بود که طعام
هضم یافته بود تا از لطیفی اجزای و منی متولد
شود ودر وقت مستی هضم تمام حاصل نشده است
لاجرم جماع کردن میسر نشود مسئله یازدهم
چرا بعضی مردم چون بقدحهای کوچک خورند
مست شوند وبعضی دیگر برعکس این باشند
جواب زیرا که آن کسانی که معده قوی
دارند وحرارت غریزی ایشان کامل باشد
چون بقدحهای بزرگ خورند حرارت غریزی
ایشان دران عمل کند وازان بخارهای
لطیف بدماغ برسند لاجرم مست شوند

اما آنها که حرارت غریزی معده ایشان
اندک باشد چون بقدحهای کوچک خورند
مست شوند زیرا که حرارت غریزی ایشان
دران شراب اندک عمل تواند کردن اما چون
بقدحهای بزرگ خورند حرارت غریزی ضعیف
شود ودران عمل نتواند کرد لاجرم هیچ
بخاری ازوی بدماغ برنشود بدین معنی
مست نشوند اما چون مست شوند آن مستی
دیر بماند همچنانکه حرارت غریزی ضعیف دیر
باید تا در شراب بسیار عمل کند همچنان دیر
ماند تا آن بخارهای بسیار تحلیل کند لاجرم
این کس دیر مست شود وچون مست شود دیر
هشیار شود مسئله دوازدهم چرا رغبت زنگیان

در شراب خوردن بیشتر بود از رغبت دیگر مردم
جواب زیرا که شهرهای زنگیان در گرمیست
بس لازم آید که ظاهر تن ایشان نیک گرم بود
و باطن تن ایشان نیک سرد بود بس از جهت
سردی باطن نیک محتاج باشند بشراب امّا دیگر
شهرها چنین نیست لاجرم رغبت ایشان در شراب
خوردن بدین سبب حدّ نباشد مسئله
سیزدهم چرا کسانی که شراب تلخ خورند اگر در
میانهٔ دور گاه گاه قدحی از شراب شیرین مزه
خورند دیر مست شوند جواب زیرا که از شیرینی
تأثیر حرارت معتدل در مادّهٔ غلیظ متولّد
شود بس شراب شیرین بسبب غلیظی مادّه شراب
تلخ را غلیظ تر کند چون غلیظ تر شود در مجاری

تنک راه نیابد لاجرم مستی دیر حاصل شود
مسئله چهاردهم چرا آن کسانی که طعام
ایشان چرب باشد دیر تر مست شوند جواب
زیرا که بسبب چربی طعام شراب غلیظ تر شود
و در منافذ راه نیابد مسئله پانزدهم
چرا کسانی که ریاضت کمتر کرده باشد دیر مست
شود و آنان که حرکت ریاضت ایشان بسیار
بود زود مست شوند جواب زیرا که آن
کسان که ریاضت ایشان اندک باشد در تن
ایشان مادّهای بلغمی بسیار بود لاجرم
بسبب آن بلغم طاقت گرمی و خشکی شراب
دارند امّا آنان که حرکت بسیار کرده باشد
در تن ایشان هیچ خلط بلغمی نبود لاجرم

طاقت تحمل گرمی و خشکی شراب ندارد
و زود مست شوند مسئله شانزدهم
چرا بعضی مردم چون شراب خورند ثبات و
سکون زیادت شود و بعضی را سبکساری
و نادانی زیادت شود جواب باید دانستن که
اختیار ما درین علمهای حکمت آنست که جواهر
ارواح بشری بماهیت مختلف و مقتضای
ماهیت هر روحی چیزی دیگرست لیکن که
مادام عقل برقرار بود کارهای مردم از راه
تکلف برونق عقل بود نه برونق مقتضای
اصل خلقت چون شراب خورده شود کارهای
تکلفی زایل شود و آنچه مقتضای جوهر روحست
از ثبات عقل و نیکو سیرتی بودی درین

وقت کامل تر شود و اگر از بی ادبی و خفت
طبیعی باشد ظاهرتر گردد مسئله هفدهم
چرا خمار دشوارتر از مستی باشد جواب
از برای سه کار سبب اول آنست که در وقت
مستی جرم شراب در معده و رگها حاضرست
و جرم شراب لطیف و موافق تر باشد اما در وقت
خمار جرمها لطیف در شراب تحلیل پذیرد
و آنچه غلیظ و ناموافق باشد ماند لاجرم
بر طبیعت ثقیل باشد سبب دوم آنست که
تن در وقت مستی قوی حال و بی تعب باشد
لاجرم طاقت رنج کشیدن دارد اما در وقت
خمار مانده باشد طاقت آن رنج ندارد سبب سوم
آنست که در وقت مستی بیخبر باشد از رنج اما

در وقت خمار هشیار باشد لاجرم باخبر بود از اسباب
این رنجها مسئله هجدهم چرا در بعضی اوقات
چون مردم خمر خورند قی آرد ودر دیگر وقتها
بود که چون مردم ازین قی آید چون شراب خورد
قی ساکن شود جواب زیرا که قی از دو گونه است
یکی از تیزی خلطی که در معده باشد ودوم
از غلیظی خلط اگر در معده خلطی تیز بود
لاجرم قی آرد واگر در معده خلطی غلیظ بود
چون شراب خورده شود آن خلط را تلطیف
کند وتقطیع کند لاجرم قی ساکن شود مسئله
نوزدهم چرا چون شراب بسیار خورند اسهال
در طبیعت پدید آید وچون باعتدال خورند
طبیعت نرم شود جواب زیرا که چون شراب

بسیار خورده شود طبیعت از هضم نتواند کردن
پس طبیعت آنرا بعرق وبدل دفع کند لاجرم طبیعت
خشک شود اما چون شراب اندک بود طبیعت
در وی عمل کند طبیعت نرم شود مسئله بیستم
چرا بعضی مستانرا خواب بسیار آید وبعضی را
اندک وچون بیدار شوند همه شب بیدار باشند
جواب زیرا که آنرا که دماغ گرم باشد
بسبب شراب گرم تر شود لاجرم خوابش نبرد وآنرا که
دماغ سرد وتر باشد بسبب رطوبات شراب آن
رطوبات شراب معتدل شود خواب زیاده شود
فصل هشتم در طبیعت شراب بدانکه
در انگور هر چهار طبیعت موجود است طبع خاک
وطبع باد وطبع آتش چون انگور بفشارند وعصیر

بیرون کنند پوست و دانه که خشکی و سردی
بیشتر داشت و بطبع زمین بود ازوی جدا شد
و چون عصیر که درخم کرده شود جزو آتشی که
دروی باشد آهنگ بالا کند و آن کفک باشد که
برسر آید و آن قدر اجزای ارضی که دروی مانده
باشد آهنگ فرو سو کند و آن دردیست و جزو
آبی و هوایی درمیان بماند هم برین ترتیب
تا مدت چهار ماه این اجزا ازیکدیگر جدا میشوند
تا پس ازان شراب صافی بماند گرم و تر و درین
وقت در غایت اعتدال باشد بعد ازان حرارت
او رطوبت او کمتر کنند تا چون کهن گردد گرمی
و خشکی بر طبع او غالب بود

فصل نهم

در مراتب مستی عاقلان گفته اند مستی را سه

درجه است درجه اول که مرد را آسایش دهد
از غمها و اندیشها و دروی نشاطی پدید آید
و در کارها گستاخ تر شود و رنگ روی تازه شود
و سماع خوشتر آید و خواب خوش حاصل آید
و آنهمه منفعتها که در شراب خوردن برشمردیم
انگاه باشد که مستی درین درجه باشد درجه
دوم آنست که حرکتهای بدنی و نفسانی مضطرب
شود و رقص و سرود و بازی کردن با کهتران
و رنجانیدن حاضران آغاز نهد و بیشتر مضرتها که
از شراب خوردن برشمردیم درین درجه حاصل شود
درجه سوم آنست که مرد غافل شود و عقلش
زایل شود و این در غایت تباهی باشد و دروی
صرع و سکته و فالج و لقوه و مرگ مفاجا پدید آید

وبقراط درهر ماهی یك بار اینچنین دوا
داشته است زیراکه اینچنین مستی آسایش اعضا
وارواح حاصل کند وخلطهای غلیظ وفاسد
پخته گرداند از تن زایل گرداند **فصل**
دهم در اسباب زود مست شدن اسباب این معنی
چهار نوع است نوع اول آنست که مزاج گرم بود
ودماغ وجگر هردو گرم باشد اینچنین کس زود
مست شود نوع دوم آنست که اگرچه مزاج
معتدل باشد ولیکن معده وجگر ودماغ وی
کوچك بود ورگهای او تنك باشد این کس شراب
بسیار نتواند خوردن وزود مست شود نوع
سوم در زود مست شدن ودیر مست شدن
اختلاف احوال شراب است شراب کهن دیر مست کند

زیراکه تیزی او اندك است لیکن چون مستی
حاصل شود دیر بماند وشراب خام زودتر مست
کند از شراب جوشیده وشراب رقیق زودتر
مستی آرد وزودتر بگذارد وشراب گرم زودتر
مست کند وآن شراب که در روی بوی افزارها
باشد چون قرنفل وجوز بوا ومانند این واز
هرچیزی زودتر مست کند از برای آنکه گرمی ولطافت

فصل یازدهم در بیان آنکه شراب
کی شاید خوردن شراب خوردن بناشتا زود
مست کند وبسیار آفتها آرد چون دیوانگی و
تشنج زیراکه قوت حرارت شراب مزاج را و
اعضا را بگرداند هرآنکس که معده او سرد بود واورا
شراب خوردن نافع بود نشان سردی معده

پنج است اول آنست که طعام نگوارد دوم آنکه
شهوت طعام نباشد سوم آنکه هر بار که آب
خورد معده وشکم او باد گیرد وقراقر کند
چهارم آنست که طعام در معده او دیر بماند
وگرانی کند اینچنین کس را شراب بکار داشتن
نافع بود **فصل** دوازدهم در بیان آنکه
چه باید خوردن تا شراب بسیار خورد ودیر مست
شود درین باب دو نوع است سخن یکی آنکه
چه کردنی است ودوم آنکه ناکردنی است اما
آنچه کردنیست چهار چیز است اول آنکه غذا اسفیدبا
های چرب خورد تا جزئی قوت شراب بشکند
واز گذشتن در مجاری باریک باز دارد وگفته اند
روغن تریاک شراب است وقوت شراب را از معده

وجگر باز دارد دوم اگر بامداد شراب افسنتین
بخورد سخت موافق بود وخمار نیز کمتر گیرد سوم
دیسقوریدوس میگوید هر که پیش از شراب
خوردن پنج دانه بادام تلخ بخورد دیر مست شود
زیرا که بادام تلخ معده را دباغت دهد وادرار
کند **صفت معجون** خواجه ابو علی در قانون آورده
است بادام تلخ تخم کرنب بادام شیرین پودنه
جو نیم سداب خشک نمک نفطی همه را بکوبند
وبگلاب طبرزد معجون کنند پیش از شراب سه درم
بخورد ولیکن مردم محرور را نشاید خوردن
قسم دوم در آنچه بباید کردن وآن چهار نوع است
اول گفته اند که در شراب خوردن چیزها
ترش وقابض نیک نباشد زیرا که قابض شراب را

در معده دیر بماند و بخار بسیار شود و طبع
سخت کند و ادرار باز دارد و کسی که خواهد که
دیر مست شود اورا طبع نرم باید و ادرار بول
تیز باید دوم چیزهای که دروی توابل بسیار بود
نشاید خوردن زیرا که توابل بخاری برانگیزد سوم
چیزهایی که دروی مزه تیز بود چون پنیر
کهن و مانند آن نباید خوردن چهارم بویهای
گرم و ناخوش نباید بوییدن زیرا که دماغ را
ضعیف کند و مستی زود حاصل کند پنجم حرکت بسیار
نباید کردن و در آفتاب و گذر بادها شراب
نباید خوردن و غذا بسیار نباید خوردن و بسیار
نباید گفت فصل سیزدهم در بعضی احوال که
شراب خواره را بکار آید اول آنست که چون لذت

شراب خوردن بر مردم مستولی شود مردم از همه
مهمات دینی و دنیاوی باز ماند و فسادهای
بسیار ظاهر شود و دشمن گرفتن شراب را سه
طریق گفته اند اول آنست که اگر یک رطل آب رز
کسی را بدهند و نگویند که چیست شراب را دشمنی
عظیم شود دوم آنکه اگر چند روز بر کسی
نان در شراب آغارند و بدهند تا بخورد شراب
دشمن گیرد اما اگر خواهد که مست هشیار شود
اگر سرکه با آب بیامیزند و بخورد و هشیار شود
و اگر دوغ ترش را سرد کند و بدهند همین بود
اما آنچه که بوی شراب از دهان ببرد کشنیز
خشک و تر و سعد و زرنباد و تخم بادیان
ازین هر کدام که بدهند بوی شراب را ببرد

فصل چهاردهم در اقسام شرابها
بدانکه اختلاف انواع شراب از هفت گونه است
نوع اول در الوان شراب شراب سپید سخت
گرم نباشد ومثانه را وگذرگاه بول را پاک
کند ومحرور را شاید وموافق بود شراب زرد
گرم تر از سپید باشد شراب لعلی گرم تر از زرد
باشد وهرچند بگوسرخی بیشتر گراید گرم تر
باشد وکسی را که در معده وامعا بلغم بسیار
باشد سود دارد شراب آتش رنگ گرم تر ازهمه
شرابهاست شراب سیاه رنگ غذا بیش دهد
ودیر هضم شود قسم دوم بسبب طعمهای شراب
که مزهٔ او ظاهر نبود ضعیف باشد محرور را
شاید شراب شیرین مزاج گرم کند ودر معده

دیر بماند ودر جگر سده آرد وسپرز را بزرگ
کند ومردم لاغر کند وبعضی گفته‌اند که فربه کند
وبر وسینه نرم کند شراب تلخ گرم باشد
وطعام زود بگدازد واخلاط بلغمی لطیف کند
وبیرون آرد از تن وسده بگشاید وتن را
گرم کند ومحرور را درد سر آرد ومرطوب را
موافق باشد شراب ترش از تلخ بد تر است
شراب ناخوش مزه سخت بد بود همه مزاجها را زیان
دارد شراب گلوگیر معده را قوی کند وطبع
خشک کند وادرار بول کند وغذا کمتر دهد
قسم سوم بسبب بویها شراب ضعیف بوی ضعیف
باشد ودیر در معده بماند ومحرور را شاید شراب
ناخوش بوی دماغ را زیان دارد وخلطها را

درش فاسد کند قسم چهارم بسبب قوام شراب
شراب تنك غذا کمتر دهد و زود از معده و جگر
بیرون شود و ادرار بیشتر کند و زود تر اندر
رگها بگذرد و بدماغ رسد و زود نشاط بدید
آرد و زود باز گذارد شراب غلیظ غذا بیش دهد
وقف بر کند و دیر از معده بیرون شود و بدماغ
دیر تر رسد و نشاط دیر تر آرد و مستی دیر باز
گذارد شراب معتدل فعل او درین هر دو باب
باعتدال بود قسم پنجم بسبب موضع شراب
شراب کرم سیل قوی تر باشد از شراب سرد
سیل شراب که از انکور کوه پایه یا از زمین
سنك ریزه کند قوی تر باشد وخشك تر باشد
از شراب زمین نرم شراب زمینی که انکور وی بسیار

آب باشد بی قوت باشد و تری بسیار کند مزا
جهای گرم وخشك را سود دارد قسم ششم خامی
و پختگی شراب شراب خام زود مست کند و زود
بگذارد و خمار او سبك تر باشد و نشاط او بیشتر
و غذا معتدل دهد و خون صافی کند و دل و تن
را قوی کند و رنجی که از بسیار خوردن او ظاهر
شود او را زود در توان یافت لیکن دماغ را
تر کند و بوی دهان ناخوش کند شراب جوشیده
دو گونه است یکی شیرین و دیگر تلخ اما تلخ گرم
تر وخشك تر از خام است ولطیف تر وخوشخوارتر
از خام باشد و دیر مست کند و زود تر بگذارد
و این شراب موافق بود در زمستان و کسانی که
سردی بریشان غلبه دارد و پیران را موافق باشد

واین شراب بوي دهن ناخوش نکند چنانکه
خام کند امّا چو شیخ شیرین دیر گوارد وغذا
بسیار دهد ومزاج را گرم کند وخون زیادت
کند وسطبر کرداند وبر وسینه را نیك باشد ومعده را
نیك بود وطبع را نرم کند لیکن در جکر سده آرد
وسپرز را بزرك کند وباشد که استسقا آرد
وباشد که در کرده ومثانه سنك وریك بدید آید
وازین شراب بسیار نباید خوردن قسم هفتم
شراب نوتري دروي بیشتر از کرمي باشد
وبسبب زیادتي رطوبت در معده نفخ آرد ودیر
کوارد ودماغ را ترکند وخلط بلغمي را درتن
زیادت کند کساني را که خشکي بر مزاج غالب
بود سود دارد شراب کهن کرم وخشك بود بدرجه

سوم وبدارو نزدیك باشد ودماغ را خشك
کند واخلاط را بسوزاند وازاخلاط سوخته
خون با معا فزود آید محرور را نیك زیان کند
ومرطوب را سود دارد وبادها بشکند وبلغم خام
را بکدازد شراب صرف پیران را ومرطوبان را
نافع بود ولیکن محرور را زیان دارد شراب
ممزوج را ولیکن خاصه در تابستان قسم هشتم
شراب مویزي دروي بسبب خشکي مویز خشکي
اصلي بیشتر باشد وبسبب رطوبت فضلي آب ازوي
مایهاي بلغمي تولد کند امّا مویز باید که
سپید بود واکر شراب مویز بجوشند قوي
تر وکرم تر واکر انکبین با مویز یار کنند کرم تر
بود وبر وسینه را بهتر بود واکر آب کرز با مویز

وانگبین یا رکنند گرم تر شود شراب خام
گرم تر باشد وطبع را نرم کند وثقل از معده وامعا
بیرون آرد وسینه را نیك بود ولیکن تشنگی
آرد ودرد جگر سخت آرد وشپش در پوست بدید آرد
ولیکن تن را غذا دهد وفربه کند وشرابهائی که
از برنج وارزن کنند نیك تباه باشد از وی
هیچ چیز حاصل نشود وبرگردن بهق ودر دماغ
خللهای تباهی بدید آید وبخارهای تباه از
وی متولد شود بخش سوم درانواع اشربه که
درحالت صحت وحالت مرض آنرا بکار برند جلاب
شکر رطوبتی موافق مزاج تن آدمی هست اگر
بنرمی حاجت آید سودمند بود لاجرم معده را
وسینه را وسوزش مثانه را وحلق را وششرا

سود دارد وبسبب زدودن خداوند اسهال را
وزحیر را زیان دارد سکنگبین بباید دانست که
جگر عاشق شیرینی است وخالی نیست که اگر مردم
طعام بخورد وبعد از طعام حلوا خورد پس
بعد از یك ساعت قی کند حلوا بعد از همه طعام
برآید زیرا که جگر بخود کشیده بود پس چون در
جگر حرارتی زیادتی بدید آید حاجت بود
بچیزی که آن حرارت را باعتدال باز آرد اطبا
ترکیب کردند میان سرکه وشکر تا جگر آنرا
از برای شیرینی بخود کشد وبدین طریق اجزای
سرکه از جگر حرارت باز استانند وصفرا بنشانند
خاصه که بایخ خورند واگر درمعده وامعا رطو بتهای
فاسد آنرا بزد آید وبا اجابت طبع بیرون آرد

وسدهٔ جگر بگشاید لیکن در سده گشادن بوری
بهتر بود ودر تسکین تشنگی ساده اولیتر و
خداوند نزله وزکام را زیان دارد وشهوت جماع را
ببرد وقی آرد **فقاع** بیشتری از اطبا در نکوهش
فقاع مبالغتها کردند مگر ابن مندویهٔ اصفهانی
او چندان مبالغت نکرده است فی الجمله بسبب ماهیت
وی بیگانه است ونضجی محکم نیافته است که مولد
خلطهای خام بلغمی باشد سید اسماعیل رحمة
الله علیه میگوید که اگر کسی از فقاع نشکیبد
سه من مویز در آب کنند ویک من شکر بگدازند
وبجوشند پس بپالایند وآب ناردانک یا آب
سیب ترش یا آبی ترش با وی بیامیزند
بدان اندازه که آرزو باشد اگر خواهند که

میل بشیرینی دارد ترشی کمتر کنند واگر خواهند که
میل بترشی دارد کمتر کنند شیرینی را وآنچه میل
بترشی دارد سذاب وپودنه وطرخون واندکی
سنبل واندکی نمک خوش کند وآنچه میل بشیرینی
دارد بدارچینی وعود وقرنفل وزنجبیل
واندکی شکر خوش کنند از هر یکی چندانکه بر فقاع
غلبه نکند وبوی ومزه دهد که خوش آید ودر جهت
مرطوب شیرین صواب تر وبجای شکر انگبین
بهتر وخداوند معدهٔ ضعیف را سنبل وخیربوا
زیادت کند واگر مردی محرور خواهد که بدین
فقاع طبع نرم کند بجای شکر ترنجبین کند وبجای
ناردانک آب زردآلو علاج خواجه ابو علی میگوید
پرهیز باید کردن از آنکه فقاع بعد از شراب خورند

که

یا شراب بعد از فقاع زیرا که چون شراب با فقاع
آمیخته شود فقاع باندرون اعضا برساند و سخت
مضرتها حاصل شود وچون فقاع خورده شود
واثر ضرر او ظاهر شود بر سر آن جز مغز جوز و مغز
بادام نباید خوردن یا جز بی این مغزها با فقاع
آمیخته شود و غلیظ گردد و در رگها راه گذر نیابد
وانگشتی چند انگبین بلیسد و روغن گاو و معجون
زرعونی تریاق فقاع است **فصل** پانزدهم
در علاج او حالی که در شراب خوردن بدید آید
اگر کسی شراب بسیار خورد اگر گرمی دار بود آن
شراب طبع صفرا گیرد و مادهٔ صفراوی بر تن
غالب شود و اگر رگها پر شود سکتهٔ خونی بدید آید
و در ساعت بمیرد و اگر سردی دار بود آن شراب بلغم

شود و مفاصل آنکس از بلغم پر شود وصرع
و فالج بدید آید اگر مرد گرمی دار بود او را در
بیشتر احوال فصد باید کردن و طبع او بشراب فواکه
نرم باید داشتن و شراب انار سخت موافق بود
این کس را و اگر سردی دار بود چون اندک
مایه اثر مایهای بلغمی بدید آید او را ماء
الاصول بقوت باید داد و حبهای قوی که
مسهل بلغمی را بباید بکار باید داشت و اگر
کسی شراب غلیظ سیاه بخورد خون بسوزد
و اخلاط را تباه کند علاج شراب انار و شراب
بنفشه بکار دارند و اگر سکنجبین ساده
از پیش بخورد و بعد از آن بد و ساعت بگذارد
بخورد یا سکنجبین از پیش تقطیع کند و غلظها

خنك آب گل وكشنيز واندكى سركه بر دل نهند
وغذا از ترشيها سازد ونقل از آبى وعناب
كند واگر شراب رقيق خورد ترياها وبيماريهاى
عصب ظاهر شود علاج شراب زوفاى خشك
وخشخاش با اندكى معجون اثاناسيا بكار دارد
واگر تربد وزنجبيل اندكى از هر دو با انگبين
نهد ودر روز دوام يك كفچه يا دو بخورد
نافع بود رياضت كند اگر در تن او اخلاط
نبود بسيار واگر شراب گلوگير خورد علاج
آنست كه شراب شيرين را مروق كند وبخورد
يا شراب انگبين بخورد وخداوند مزاج گرم
شراب سفيد ممزوج خورد بشراب بنفشه
واگر شراب بر ريق خورد دق آرد ود ر

احشا ورمها پيدا آيد وتبها با صداع خيزد
سيم علاج پيش جو خورد تا از سبب تيزى يا ثقل
در خورد گيرد قوت شراب بشكند و لخلخه
خنك بر دل نهد وجگر واگر اثر گرمى تنك
ظاهر شود انار ترش ورب غوره موافق
باشد واگر در وقت تب يا در وقت صداع
شراب خورد اگر تن امتلا بود فصد قوى
بايد كردن كه بيم بود غشى كند وخواجه بو على
رحمة الله عليه گفت چندان خون بايد ستد كه
غشى كند وپيش از فصد بيك ساعت شراب
ميوها كه اطلاق آرد چون شراب آلو ومانند
اين وشراب بنفشه واگر در تن امتلا نبود
قرص كافور در گل يا در شراب آلو بدهند

ولخلخة بر دل و دماغ نهند فصل
شانزدهم در علاج خمار اولا باید که قی کند
برین طریق تخم کرنب وشبث در آب کند
وبجوشاند واندکی سکنکبین بروی نهد
تا قی آرد پس اگر قی میسر نشود یك درهم
ایارج فیقرا با نیم دانك سقمونیا بدهند
تا اسهال آرد پس اگر غایت گرمی مزاج منع
کند ایارج دادن آب انار ترش وشیرین را
دانکی سقمونیا بر نهد و بدهد واستفراغ
بمطبوخ هلیله هم نافع بود پس اگر استفراغ
کردن مصلحت نبود باید که خود را در خواب
کند بتکلیف تا آن قدر که دردی شراب
در معده مانده است هضم شود وعلاج دیگر

آنست که در آب بابونه واکلیل الملك بجوشانند
پس هر دو کف پای را بروغن بنفشه ونمك
بمالند نیك نافع بود وچون از خواب برخیزد
در گرمابه رود وآب نیم گرم بر سر ریزد بسیار
تا آن قدر که از بخار شراب در سر مانده باشد
برود وچون از گرمابه بیرون آید یك ساعت
صبر کند وبعد از آن طعامهای سبك خورد
چون ماهی کوچك تازه وکوك وکاسنی با
اندکی سرکه واگر بنك محتاج غذای قوی بود
زرده خایه مرغ نیمبرشت وتیهو وفروج
ومرغ وبزغاله با آب غوره یا سماق یا زرشك
ساخته وطعامهائی که در وی کرنب پخته
باشند وعدس موافق بود خداوند خمار را

واگر تشنگی بروی غالب بود آب سرد خورد
مگر که معده واحشای وضعیف بود بس اورا
آب سرد خوردن روا نبود بلکه با آب نار ترش
شیرین بیامیزد یا شراب غوره یا شراب
سیب یا شراب ریواج این شش بنهانی آب
بکار برد نافع بود و بدانکه هرشش بث که
خداوند خمار خورد باید که سرد سرد بود
مگر که شراب ریواج را اگر سرد بود معده
سخت زیان دارد واگر شراب سفید مروّق
صافی را باب ممزوج کند بنما نیم نافع بود ودر
وقتی که بچشد اندکی کشنیز خشک با شکر کوفته
بکار برد و روغن گل گرم کرده بر سر نهد
یا تحلیل ان بخار کند وچون اندکی از صداع

کم شود اندک اندک ریاضت کند وچون طعام
بخورد بعد از ان بسه ساعت هیچ حرکت
نکند تا صداع بیشتر نشود وبعد از طعام
خوردن هردو پای را از بن ران تا زیر قدم
می‌مالد صفت سفوفی که خمار را زایل کند
تخم کاسنی تخم کرنب زرشک سماق پاکیزه
عدس مقشّر گل سرخ طباشیر راسنا راست
بکوبد و بیزد وازین همه مقدار سه درهم
با کافور از دو جو تا نیم دانک بکار برد باندازه
حرارت مزاج خداوند عارضه این داروها
در آب هردو انار یعنی ترش وشیرین
یا در شراب غوره بدهند واگر فقاعی
سازند از آرد جو وسنبل واندکی نمک

نافع بود زیرا که این فقاع معده را از
بقیت شراب بشوید واگر این فقاع از آب
غوره سازند بهتر باشد و بوبید ز صندل
سپید وکافور وشاهسپرغم چنانکه گلاب
وسرکه بروی زده باشد نافع بود واگر بامداد آن
روز که شراب خواهد خوردن شربتی از شراب
افسنتین بخورده باشد خمارش نبود وشراب
مورد سم برین سبیل وروغن گاو پازهر
شراب وسمه زهرهاست **مقالت پنجم**
در تدبیر ماکولات واین مقالت مرتبت
بر چهار بخش بخش اول در طبایع مفردات گندم
گرمست بدرجهٔ اول ودر تری وخشکی معتدل
است وبا این تن مردم از همه حبوبها موافق

ترست وبدان که نان برا قسام است واختلاف
اقسام او بسبب اختلاف مایه او باشد بسبب
مادهٔ اوست نان دو است یکی میده ویکی
خشک آرد ونان میده از معده دیرتر از نان
خشک آرد برود وازوی سدّه وسنگ گرده
ومثانه تولد کند وخداوندان وجع مفاصل را
وقولنج را زیان دارد واصلاح او آنست که
بوره در وی کنند وکسانی که ازان خورند
سکنجبین بزوری بکار برند وکسی که از سنگ
گرده ومثانه بترسد این سفوف بکار دارد
ومغز تخم خربزه ده درم وشکر دو چندان
بران بساید وهر بامداد ده درم بخورد واز
پس آن آبی که در وی پرسیاوشان جوشانیده

بخورد نان خشك آرد ازوي خون غليظ بديد آيد
وگر وخارش وبيماريهاء سوداوي تولد كند
وهرچند سبوس در نان بيشتر بود اين مضرتها
بيشتر بود از براي آنكه تن مردم غذا ازوي
كمتر يابد مردم را ضعيف كند واثر پيري ظاهر
گرداند اين نان با سپيدباهاء چرب بايد خورد
وبشيرينيها وروغن گاو ومسكه بايد خورد
اما اختلاف نان بسبب اختلاف صورت وتر
كيب است وتركيب او بر چهار قسم است نان فطير
بادناك باشد وقولنج را زيان دارد نانكه در خاك
پزند اندرون او لزج بود واز بيرون او غليظ
كشته اورا با چيزي بايد خورد كه تلطيف خلط
كند نان تابكي بد باشد زيرا كه آهن اورا نيك

خشك كرده بود لاجرم غليظ باشد ودر خمير او
اندكي بوره بايد كردن نان كماج بدتر بود زيرا كه
قوت روي او وقوت خاكستر گرفته بود وميانه
او خام بود نان جو سرد وترست وغذا كمتر
دهد از گندم وبادانگيزد واز معده دير بيرون
شود واورا طعامهاء چرب وشيرين بايد
خورد تا ضرر او كمتر بود باقلي اگر تر بود
سرد وتر وبادناك باشد واگر خشك باشد سرد
وخشك بود وهردو قسم او بخار بسيار بسر بر آرد
وقوت مفكره را زيان دارد واز وخوابهاي
بد بديد آيد نخود گرم وترست ومزه او آميخته
است از شوري وشيريني بقوت شيريني طبع نرم
كند وبقوت شوري ادرار كند كاورس سرد و خشك

خشک بیشتر است اورا با چیزهای چرب باید خورد
لوبیا گرم و تر است بدرجهٔ اول از وی خون
غلیظ متولد شود و معده را زیان دارد و
خوابهای بد نماید ماش سرد و خشک است
بدرجهٔ اول و احوال او باحوال باقلی ماند
لیکن غذا از باقلی کمتر دهد و باد کمتر از وی
کند کنجد گرم و ترست و دیر هضم شود و
معده را گنده کند و بوی دهن ناخوش کند
خام اورا با سکنجبین باید خورد و از پس او
قدری ابکامه باید خورد برنج گرم و خشک
است و اورا با شیر تازه بپزند و با روغن بادام
و شکر خورند و با گوشت تازه فربه نیکو بود
فصل دوم در گوشتها گوشت گوسفند

غذا تمام دهد و خداوندان مزاج معتدل را
موافق بود مردم گوشت خواه را از ریاضت
گزیر نیست گوشت بز نا ستوده است وکشیخ
بد بود و هرگاه که مصروع جگر بز کشته بخورد
بیفتد و هرکه گوشت بز بسیار خورد بیم بود که
در صرع افتد و خداوند مزاج گرم را در شهرها
گرم بد بود اگر فربه بود جوان و نیک پخته
شاید خورد اندکی گوشت گاو از وی خون
سوداوی تولد کند و نشاید خورد مگر کسانی
که کارهای سخت کنند و اگر مردم منعم خورد که
کاری سخت نکند اورا علت سپرز و بواسیر
بدید آید و گوشت گاو سرخ بهتر بود گوشت
گوساله نیک باشد که در اول بدوانند

وماند کنند وبیش از کشتن بچند روز آب
زیادت کنند کوشت اشتر گرم بود وغلیظ
وسوداانی کوشت اسب گرم است بغایت وغلیظ
وخون را سوداوی کند ومردمان لطیف طبع را
نشاید خورد کوشت آهو از کوشت صیدها
او بهترست وکوشت او خوشتر وزود کوارتر
وبقیاس با کوشت کوسفند کوشت او خشک است
ومرطوب را موافق است ومرد لاغر وخشک
مزاج را بدان خوردن مداومت نشاید کردن
که خشکی ولاغری فزاید کوشت بزغاله بسبب تری که
هنوز دروی باشد غذا اندك دهد ولزج
باشد کوشت ماهی هر ماهی که کوچك باشد
ورنك او زرد وسیاه نباشد وماوای وی

در آب پاکیزه باشد ویا در آبی که تنك و
سنك ریزه بود کوشتش لطیف تر وزود کوارتر
بود وانکه بزرك باشد غذا بیشتر باشد درو
ولیکن خلطی غلیظ تولد کند وهر ماهی که
بوی ناخوش دارد وسنکین باشد ومقر او در آب
بناشد ورنك او سیاه یا زرد بود بد باشد
وماهی خورد مردم کرمی دار را سود دارد
وخداوند معده سرد را زیان دارد کوشت
خرکوش کوشت او بدست وسوداوی وزود
خون سوداوی خیزد اصلاح او آنست که اورا
بروغن بادام یا روغن کنجد تازه بریان کنند
وازبرای سردی دار را بروغن جوز بهتر بود
کوشت کورخر گرم باشد وغلیظ وخون را

کرم کند وشوربای اورا اکر بخورند درد کرده را
نیک بود با دارچینی و زنجبیل ودرد کرده
کسی را که از بادها رنج دارد ودرد مفاصل
بسبب تری دفع شود کوشت کاو کوهی
سخت بد باشد و باشد که خوردن او مردم را
بکشد کوشت بز کوهی ومیش کوهی بد باشد
ونزدیک باشد بکوشت کاو کوهی کوشت مرغ
خانکی رحمة الله علیه تن مردم را غذا نیک
دهد وفربه کند ورطوبت معتدل فزاید
ومزاجهای معتدل سازنده باشد ورنک
روی نیکو کند وآب پشت زیادت کند خاصه
مغز او که مغز مردم را غذای تمام دهد تا بدان
جای که عقل را بیفزاید ومرد سردی دارد را

پیوسته نشاید وهمه اعتماد بران نشاید کرد که
بسیار باشد که قولنج آرد اکر بترشیها خورد چون
ناردان وغوره واز بهر آن کفته اند که مرغ
خانکی بدوغ وجغرات نشاید پخت کوشت بط
ومرغ آبی غلیظ وبسیار فضول بود وهرچه
ماوی در آب پاکیزه تر دارد بهتر باشد اصلاح او
آنست که اورا بسرکه پزند وبسذاب پزند
وکرفس وپودنه خوش کنند واکر اسفیدبا
پزند نخست لختی بجوشانند در آب وآن آب بریزند
یک بار دو بار تا زهومت او برود پس بپزند
چنانکه خواهند وبا نخود وشبت وکندنا
ودارچینی واکر بریان کنند بخارات بریان کنند
واکر یک ساعت بر بخارات پیاز بپزند پس بخاران

دیکر بریان کنند بهتر باشد و پیه او سخت لطیف
کوشت کلنک همچون کوشت بط غلیظ بود لیکن
کم فضول تر باشد کوشت کبوتر بچه کرم باشد
خون را کرم کند و مردم کرمی دار را ازو نشاید خورد
لیکن از معده زودتر رود از مرغ خانکی که در
شوربای او نخود و شبت پخته بود طبع را نرم
کند مردم سردی دار را و قولنج را و درد پشت
کهن را سود دارد و کرده را فربه کند و قوت مردی
زیادت کند و دماغ را زیادت دارد خاصه که
بریان بود اکر از پس او شربتی خورده شود که
بخار از دماغ باز دارد نیکو بود کوشت کبوتر
وفاخته و کبوتر دشتی و مرغان کرم چون ازینان
شوربا سازند و نخود و شبت و کندنا و روغن

بسیار موافق باشد مردم سردی دار را کوشت
بنجشک دشتی و کوهی و خانکی همه کرم و خشک
باشند و غذا اندک دهند و تن را کرم کنند و قوت
مردی را زیادت کنند خاصه مغز ایشان و بچه
ایشان خاصه که از کوشت ایشان با زرده
خایه مرغ خاکینه کنند بروغن زیت چنانچه
نیم پخته باشد و شوربای ایشان مردان سردی
دار را سود دارد و هرچند بنجشک فربه تر شود
غذا بیشتر دهد کوشت تیهو و دراج و کبک
و تذرو همه نیک باشند و بهترین و سبکترین
همه تیهو است و از همه غذای نیک خیزد کوشت
قطا این مرغ دو نوع است یکی بزرک تر
و دیکر خردتر و کوشت هر دو سخت باشد و سخت

گرم نباشد و ازوی سودا تولد کند و بسبب خشکی
استسقا را سود دارد گوشت نمک سود گرم خشک است
بسبب نمک دیر گوارد و قد بد بسبب توابل که بروی
کرده باشند گرم تر باشد و غذای این گوشتها
بقیاس با گوشت تازه اندک بود و قولنجی را زیان
دارد و بسیار خوردن این گوشتها کم خارش آرد
وخون را سودانی کند فصل سوم
در شرح اعضای حیوانات سر بریان گوسفند
غذا و تری بیش از تن دهد و سر آهو از هر دو سبک
تر باشد در همه سر غذای قویست و تن را گرم کند
وکسانی را که بگوارد قوت قوی دهد و قوت مردی
زیادت کند و قولنجی را نشاید خورد و بهترین
سرها سر بزغاله و سر بره باشد و گوشت خسته

و بنا گوش زیرا که آن احرکت بسیار باشد و چشم
هم بسبب زیادتی حرکت و مغز سرد باشد و معده را
بپالاید و اورا با سعتر و خردل و الکامه و انگدان
و نمک باید خوردن وچشم را نمک بسیار تر باید
وپوست لب غلیظ بود زیرا که قولنج ازان تولد
کند و سر بریان سیر نباید خورد و جز بر گرسنگی
ناشتا نباید خورد و در روزگار گرم نباید
خورد و تا سه ساعت نگذرد و از پس او نباید
خورد خاصه آب سرد و شراب خوردن از پس
ان تن را ممتلی کند پاچه غذا اندک دهد
وخون لزج تولد کند از آن و کسی را که استخوان
شکسته باشد و بسته باشد سود دارد و اسهال
خون و ریش رودها را سود دارد و بسیار خوردن

آن بیم باشد که قولنج تولد کند اشکنبه و روده
دیرگوارد و زهومت ناك باشد و غذای او بقیاس
بغذای گوشت اندك باشد اصلاح او سرکه و سداب
و کرفس و پودنیه باشد و بکردیا و زیره و انکدان
و بسیار خوردن او بلغم افزاید اشکنبه از وی
خلط غلیظ خیزد ولیکن بد نباشد و جگر بره
و بزغاله بهتر باشد و جگر بط و جگر مرغ آبی
از جگرهٔ جانوران به باشد جگر بز کشتن هرکه
مصروع خورد بیفتد ولیکن سبکوری او نافع
بود سپرز غذای بد سوداوی دهد گرده
دیرگوارد و زهومت ناك بود زیرا که گذر بول
بروی باشد اصلاح او بدارچینی و پلپل باشد
دل گوشت سخت باشد و بدگوار و غذاش

نباشد شش غذا اندك دهد و دیرگوارد
بس اگر لابد خورده شود شش بره و بزغاله
بهتر باشد دیگر بکار نیاید پیه مغز بسیار
فضول باشد و بسیار خوردن او بلغم افزاید و پیه
بط گرم تر از پیه دیگر مرغان بود و جانوران
بود و نری او کمتر پیه خروس بدرجه میانه
پیه بط و پیه مرغ خانگی و پیه اشتر و کوهان او
گرم باشد و تشنج را سود دارد و مغز استخوان
کمتر فضول دارد و غذای آن بهتر و بیشتر باشد
و قوت تن و قوت مردی بیفزاید خایهٔ
مرغ سیاه خانه و خایهٔ تذرو و دراج بیکدگر
نزدیک باشد و خایهٔ بط و مرغ آبی گران و زهومت
ناك باشد و از سپیدی خایهٔ مرغ خون لزج خیزد

وازرده وي خون نيك خيزد وغدا بسيار
دهد ونيم برشته زود غدا كرد دازمعده زود
فرود آيد وتمام برشته شده گران تر باشد ودير
گوارد وغدا بيشتر دهد **فصل چهارم**
در طبيعت آباها سكباج مردم گرمي دار را سود دارد
ومرطوب را نيز بسبب انكه رطوبتها ببرد وهم
سود دارد ومردم سوداوي وقولنجي را زيان دارد
وهر عضوي كه از عصبست چون معده ورحم ومثانه
جمله را زيان دارد وخداوند نقرس ودرد پشت
ودرد زانو را ومانند آن زيان دارد واگر كسي
همچنين سكباج خورد بايد كه از پس او حلوايي از شكر
ونشاسته وروغن بادام خورد واز بهر مرطوب
اصلاح او آنست كه چاشني از انگبين كنند واندكي

انگشت در افكنند وكرويا وجوز بوا وقرنفل
وسذاب وكرفس وپودنه وسير جوش كنند وانجير تر
در كنند وزعفران تمام واز براي محرور چاشني شكر
كنند **اسپيدباج** اورا ستورباهم گويند غداي
نيك است همه مزاجها را خاصه كه معتدل بود وتن
درست را نيك سازد واگر بوي افزارها در افكند
چون دارچيني وبليل وزيره وغير آن مردم صفراوي
را نشايد واگر بروزگار سرد تر بود لايق تر اصلاح
بترشي وآب سرد بايد كرد **دوغ آبا وجغرات آبا**
غدا بسيار دهد ودير گوارد وچون كسي را كه معده
او گرم باشد شايد ودر فصل گرما بايد ومردم
قولنجي را نشايد واصلاح او بسذاب وپودنه
وسير وروغن زيت باشد وحلواي انگبين باشد

وشراب صرف قوی و زنجبیل پرورده با کمونی
و هر کس که نشان تری بروی ظاهر باشد ورا
نشاید و گوشت هیچ مرغ و گوشت بز بدوغ آبا نشاید
پخت و روغن گاو درنباید کرد ترب آبا
و ترینج آبا کمتر از غذای دوغ آبا بود و آن روز که
این آبا خورد میوهای تر و فقاع نشاید خورد
زیره آبا غذا اندک دهد لیکن صفرا بنشاند
و رطوبت ببرد و مردم گرمی دار را موافق بود و مردم
سردی دار را یا پیش از وی یا بعد از وی باید
چیزی خورد که معده را قوت دهد چون مصطکی
و پودنه غورابا گرمی دار را موافق بود و در
تابستان بیشتر باید خورد و قولنجی و کسانی را که
از سردی رنجی بود نشاید خورد و از پیش و از پس

آن میوهای تر نباید خورد نار آبا و سماق آبا
و زرشک آبا همه با یکدیگر نزدیک است و خون
و صفرا بنشاند و اگر مردم سردی دار خورد اصلاح
او بحلوای انگبین و بشراب قوی کنند ثلث آبا
و آلو آبا هر دو صفرا را نیک است و طبع را نرم کند
و خداوند سفر را دیگر ترشیها موافق تر خاصه
با سفاناخ و با مغز بادام اصلاح کنند قلیه آبکامه
و قلیه سرکه هر دو غذای نیک است و معتدل
است مر بیشتر مزاجها را و در همه فصلها موافق باشد
و از برای مردمان مرطوب آن را بسداب و صعتر
و پودنه و کرویه اصلاح کنند و از پس وی حلوای
انگبین خورند قلیه خشک و مطجنه هر دو غذای
قوی است مرطوب را موافق تر خاصه که دارچینی

وزیره درروی کنند وگرمی دارد را اصلاح او
سرکه وآب غوره کنند زبیبی وکشمش
هردو غذای قوی است بگرمی میل دارد واز
نفخ خالی نیست قلیه گرب گویند خون سودائی
تولد کند وگرب طبع را نرم کند وشراب خواره را
بر بسیاری شراب خوردن یاری دهد وخمار شراب را
کمتر کند وقلیه گرب تاریکی چشم وگرانی سر وخوا
بهای شوریده نماید ومضرت او سکنجبین وشراب
صافی باز باید داشت لفتی باد انگیزد وغذا
بسیار دهد وقوت مبردی را سود دارد
وچشم روشن کند واز وی رطوبت خام تولد کند
وقولنج را زیان دارد واصلاح او بسفرجلی مسهل
وکموتی وپودنه باید کردن ومحرور را سکنجبین

دفع کند گزر وانچه از وکنند کرده ومثانه را سود کند
وقولنجی را به از لفتی بود عدس نفخ کند
وسودا افزاید وچشم تاریک کند اصلاح او بند
وپودنه وعسل وزعفران باشد وشراب رقیق
هریسه قوت بسیار دهد وفربه کند وخداوند
ریگ کرده را ومثانه را زیان دارد واصلاح آنست
که بگوشت گوساله یا بگوشت مرغ سازند وسیر
از وی دور دارند وشبت اندر وی ریزند
تا اورا لطیف کند وگرمی دارد را باسرکه وآبکامه
خورد وبا پلپل ودارچینی ومسکه بسیار کنند
یا روغن گاو ومسکه بهتر باشد ومرطوب را زپس
وی زنجبیل پرورده خورد ومحرور را از پس او
به پنج ساعت میوه خورد برایان غذای بسیار

دهد و قوت افزاید و دیر گوارد و معده قوی
را شایسته بود و اگر گوشت را نخست یک روز در سرکه
نهند آنگه در تنور بریان کنند لطیف تر آید کباب
در معده دیر ماند و از پس کباب و بریان آب سرد
زود نشاید خورد و اگر بدل آب شراب صرف
بود نیك بود **فصل پنجم** در شرح
ابزارها که بسرکه و جز آن سازند کبر بسرکه
سپرز را بگدازد و سده بگشاید و محرور را
موافق بود و مرطوب را نیز بد نباشد زیرا که
لختی رطوبت ببرد پیاز بسرکه آنچه کهن باشد بخار
بس برفند و شهوت طعام زیادت کند و سرکه او
بهتر از و باشد سیر بسرکه مردم سرد مزاج را
موافق است پیاز دشتی مرطوب را شاید و قوت

مباشرت را زیادت کند و مصروع را سود دارد
خیار بسرکه تشنگی مردم گرمی دار را بنشاند لیکن
در معده دیر بماند آن را از پس قلیها و اسفیدباها
خورند شلغم بسرکه غلیظ باشد خردل آنرا لطیف کند
بادنجان بسرکه صفرا بشکند و سده بگشاید بکامه
بلغم لزج را از فم معده بزداید و شهوت طعام
بجنباند و کسی را که در رودهای او رطوبتی باشد که
از آن کرمها تولد کند آنرا ببرد و بگدازد و دود ریشهای
عفن را که در احشا باشد بشوید و لختی تشنگی
آرد و اگر اورا بسرکه بیامیزند تشنگی نیارد و منفعت
او برجای باشد **نواله** قولنجی را زیان دارد و لیز
آنکه با ابکامه خورند و سذاب و کرفس اندکی در کنند
فصل ششم در شیر و آنچه ازو سازند

شیر مرکبست از آب و پنیر و روغن و آن آب که در شیر است
زداینده است و روغن گرم و تر است و هوایی است
و چون در شیر گوسفند پنیر بیشتر باشد از آن گفتند که
شیر گوسفند سردتر از شیرهای دیگر است و چون
روغن در شیر گاو بیشتر باشد گفتند که شیر گاو
گرم و تر است از دیگر شیرها و چون آب در شیر اشتر
و شیر خر بیشتر است گویند این هر دو شیر لطیف است
و شوینده تر است از دیگر شیرها و شیر بز میان این دو
آن باشد زیرا که روغن او کمتر از روغن گاو است
و پنیر او کمتر ز پنیر گوسفند است شیر گوسفند
سرفه را و تنگی نفس را سود دارد و رنگ روی را
صافی کند و فربه کند و اگر با شکر خورند سودمندتر
باشد و اگر شیر با برنج پزند باد کمتر کند لیکن

سده در جگر و ریگ در گرده و مثانه زود تولد
کند و از بسیار خوردن شیر شپش در افتد و بهق
بدید آید مگر شیر اشتر که از وی این علتها بدید
نیاید و خداوند درد سر را زیان دارد و تاریکی
چشم و شبکوری آرد و خداوند تب را سخت زیان
دارد و کسی را که جماع بسیار کند سود دارد
دفع مضرتها و هر که شیر خورده باشد از پس
آن هیچ طعام و شراب نشاید خورد تا آن وقت که
شیر نیک بگوارد و هیچ حرکت قوی و هیچ کار سخت
از پس او نشاید و جز بر گرسنگی راستین
نشاید خوردن و اگر شیر با نمک خورند یا با عسل
یا با شکر نگذارد که در معده بسته شود و اگر
بجوشند و در عسل آن قدر باید که مزه شیر

خوشتر کند و از پس آنکه شیر خورده باشد
مضمضه کردن بشراب یا بسرکه یا بسکنجبین
یا بماء العسل مضرت از بن دندان باز دارد
دوغ سرد است بدرجه دوم وخشک است بدرجه
اول آن وقت که تازه باشد وشیرین اندک
حرارت در وی باشد چون ترش شود سرد مطلق
باشد واگر مسکه از وی جدا کنند تنها دافع
را سود دارد واگر دوغ بپزند وآهن تافته در وی
کنند تا سطبر شود آبش کمتر شود اسهال خونی
وصفرایی را باز دارد جغرات از شیر واز دوغ
غلیظ تر باشد اصلاح او از آن دوغ آنست که او را
باسذاب وکرفس وپودنه خورند واندکی نمک
در وی کنند تا لطیف تر شود ترف سرد وخشک است

بدرجه سوم سودا افزاید ومعده را زیان دارد
ولیکن تشنگی بنشاند اصلاح او آنست که او را انگشت
فربه بپزند وکرفس وسذاب وپودنه در کنند
وروغن گاو از ترف ودوغ دور دارند وروغن
زیت برکنند اگر محتاج بود پنیر دیر گوارد ومردم مرطوب را
وقولنجی را زیان دارد وهرچند نرم تر باشد بهتر
باشد واگر با عسل خورند زود تر گوارد وقولنجی را
زیان کمتر کند وپنیر کهن تیز تر باشد بدان سبب
تشنگی آرد ودیر گوارد وچنانکه چیزهای غلیظ
یا چیزهای تیز خورند لطیف شود واصلاح پذیرد
پنیر بهیچ چیز اصلاح پذیرد پنیر بهیچ چیز اصلاح
نپذیرد ودر وی هیچ خیر نیست قله مرطوب را
زیان دارد واصلاح او بعسل است روغن گاو اما سعفا

را

بپزاند و بیماری شش و سینه را سود دارد و گرده
را گرم کند و پازهر شراب است و پازهر همه زهرهاست
ولیکن معده را ضعیف کند پوست را نرم کند
تن را بدان طلا کند پوست را نرم کند و مردم
فربه کند و بر جایگاه گزیدنِ کی مار افعی نهند
سود مند بود و شش را سود دارد فصل
هفتم در زهرها کاسنی بستانی باشد و دشتی باشد
و دشتی را طرخشقون گویند سرد و ترست بدرجه
اول و اگر خشک کند بدرجه اول بود و هرچه
تلخ تر بهتر بود زیرا که سده را بگشاید و معده
گرم را سود دارد و معده را دشتی به از بستانی
کسی را که بشب آب از دهن برود هر بامداد برگ
چند با یکدرم نمک درشت بخورد سود دارد کرفس

گرم و خشک است بادها را بشکند و سده بگشاید
و اگر مصروع بخورد علت او بجنباند و جگر و سپرز را
سود دارد و دیر گوارد و ادرار کند و گرده و مثانه را
پاک کند و زن آبستن را نشاید خوردن و اگر کسی
کرفس خورده بود چون کژدم اورا بزند رنج سخت باید
کندنا درد سر آرد و خوابهای بد نماید
و دندانها را و گوشت بن دندانرا زیان دارد و معده
را بد باشد و گرده و مثانه را که ریش کشته باشد
سود دارد و حیض را بیارد و بواسیر را باروغن
بباید بریان کردن و خوردن سود دارد و نیز
حیض به بندد و قوت مردی زیادت کند کشنیز
سرد و خشک است و جالینوس میگوید که در وی
اندکی گرمی است بدلایل آنکه خنازیر را تحلیل

وبسيار خوردن او دانش را زيان كند مضمضه
باب او دميد كي دهان را سود دارد وخون بيني
باز دارد كوك سرد وترست اكر درميان شراب
خورند رنجهاي مستي را باز دارد وتشنكي حرارت
بنشايد تخم او مني را خشك كند وشهوت جماع بنشاند
اكر كسي را درسينه خلطي غليظ باشد وتنكي نفس
باشد از بسيار خوردن او سود دارد اما بيم خناق
بود ودفع مضرت او بمعجون ذوفا وماء العسل
نعنع كرم وخشك است معده را كرم كند وطعام بكوارد
وقي بلغمي را باز دارد وفواق را بنشاند وكرم كه
دراندرون شكم بود بكشد وقوت مردي زياد
كند وكزيدن سك ديوانه را سود دارد ومحرور را
بركه بايد خوردن طرخون كرم وخشك است درد كلو را

سود دارد وشهوت جماع برد كركير كرم وترست
وطعام بكوارد ونفخ كند وقوت مردي را زيادت
كند ودرد سر آرد سذاب كرم وخشك است رطوبتها
برد وباد بشكند وركها پاك كند وطعام بكوارد
وشهوت طعام بديد آرد ومعده را قوي كند
وسپرز را سود دارد وقولنجي را سود دارد ومرطوب را
موافق باشد وحيض باز دارد وباشد كه آب او
بچه را بيندازد ورودهاي زيرين را سود دارد
وچشم را تاريك كند مني را خشك كند وشهوت
جماع را ببرد خرفه سرد وترست وتري بيشتر تشنكي
بنشاند وسوزش آب تاختن را ببرد از بهر كندي
دندانها برك او بخايند سود دارد شبت كرم وخشك
است بدرجه دوم بادهاي غليظ را بشكند

وشیر زنان بیفزاید وطبع را نرم کند واولیتر آنست
که اورا در دیک بپزند تا قوت وبوی ومزهٔ
او در دیک شود پس اورا بیرون اندازند بادروج
گرم وخشک است زود عفن شود بدین سبب بوی
دهان ناخوش کند واز بسیار خوردن او چشم تاریک
کند ومعده را زیان کند فصل
هفتم در بقول ترب گرم وترست بدرجهٔ اول
اگر کسی ترب خورده باشد چون کزدم بزند زیاده
رنج نیابد وتخم وی ازوی قوی ترست پس پوست
پس برگ پس گوشت معده را بد باشد واگر
از پس طعام خورند طبع را نرم کند واگر از پیش
طعام خورد طعام را بر فم معده دارد خاصه
اگر پوست اورا با سکنکبین خورند واگر پاره

ترب بر کزدم نهند بمیرد شلغم گرم وترست
وبادناک است منی را زیادت کند لیکن در معده
دیر بماند پختهٔ او چشم را سود دارد کرنب
گرم وخشک است بدرجهٔ اول آب او طبع را نرم
کند وجرم او طبع را خشک کند پیاز گرم است
بدرجهٔ سوم وترست بدرجهٔ دوم وباتیزیی
در وتلخی است وهرچه درازتر باشد نیز تر باشد
وپیاز سرخ نیز تر از سپید باشد وآب او لطیفتر
ازوی است وبادناک است ودرد سر آرد واز پختهٔ
او خلطی غلیظ تولد کند ومنی را زیادت کند
وبسیار خوردن او زیان دارد وچشم را تاریک
کند وخام او درد سر آرد ونقرس سرد را ببرد
خام او که در زمین باشد وحیض بیارد سیر گرم

خشك است بدرجهٔ سوم تن را گرم كند وگرمی او
بگرمی غریزی ماند تشنگی آرد وخون رقیق کند
وگونهٔ روی سرخ کند ومضرت آبهای مخالف را
باز دارد وبادها را بشکند وقولنجی ومرطوب را
سود دارد وکرم که در شکم باشد بکشد واگر بپزند
قوت مردی را سود دارد ولیکن با دوغ سخت
زیان کارست ریواج سرد وخشك است آب او
بچشم در کشند بینایی را سود دارد وحرارت
بنشاند واسهال صفراوی آرد فصل نهم
در افشارهای دیگر زیره گرم وخشك است بدرجهٔ 1
اول دوم بادها بشکند ورطوبت را لطیف کند
وبسیار خوردن او رنگ روی را زرد کند وسده
بگشاید کرویا گرم وخشك است بدرجهٔ سوم

بادها را بشکند وطعام بگوارد ورطوبتها را
بگدازد وتری معده را سود دارد صعتر
گرم وخشك است بدرجهٔ سوم بادها را بشکند
وادرار بول کند وحیض بیارد وتاریکی چشم
که از رطوبت باشد سود دارد خوردن او وضماد
کردن موافق است دارچینی گرم وخشك است
بدرجهٔ سوم سدهٔ جگر بگشاید ومعده وجگر را
گرم کند وتبهای بلغمی را سود دارد ورطوبت
از دماغ فرود آرد ودل قوی کند وگزیدن
جنبندگان را سود دارد وبر کلف طلا کنند
اثر آن ببرد پلپل گرم وخشك است بدرجهٔ
چهارم پلپل سفید قوی ترست ودارفلفل
شکوفهٔ پلپل است وهرسه بادهای غلیظ را

بشکند و رطوبت غلیظ که در سینه و همه اندامها
لطیف کند و عصبها را گرم کند لیکن اخلاط را بدماغ
برآرد قرنفل گرم و خشکست بدرجه سوم معده را
و جگر را سود دارد و بوی دهن خوش کند شونیز
گرم و خشک است بدرجه سوم کرم شکم را بکشد
و با زهر گزیدن رتیلا است و درد سرکه از سردی
بود سود دارد زنجبیل گرم است بدرجه سوم
و خشک است بدرجه دوم پرورده او با نکبین
حفظ را زیادت کند و رطوبتی که در سر و چشم
بود پاک کند و قوت مردی زیادت کند و از
گزیدن حیوانات موذی مانع باشد زعفران
گرم و خشکست و لحشا را سود دارد و عفونتها را
بصلاح باز آرد و چون فزاید و رنگ روی را خوب

کند لیکن خوردن و بوییدن او درد سر دهد
و طلا کردن او درد سر را سود دارد و قوت مردی
را زیادت کند و دل را قوت دهد و اگر در شراب
بدهند مرد زود مست کند و منش کشتن آرد و
شهوت ببرد هر که سرد و خشک بود مردم سودائی
را زیان دارد بقوت تیزی بلغم را بزداید و بقوت
سردی صفرا بنشاند و خوردن او عصبها را زیان
دارد و چشم را ضعیف کند و بوی او درد سر گرم
بنشاند تخم سپندان گرم و خشک است بغایت
مادههای بلغمی را بسوزاند و لطیف کند و کرم
شکم را بکشد و خوردن او و سستی همه تن را سود دارد
ولیکن معده را زیان دارد و برگ او از جمله
ترهاست و این قوت ندارد لیکن همه گرم و خشک
بود

نمك گرم وخشك است بدرجه دوم وهرچه تلخ ترست
گرم ترست **نانخواه** گرم وخشك است بدرجه دوم
وگویند سوم سدها بگشاید ومعده سرد وتر
را سود دارد ومنش کشتن وقی بازدارد وبادهارا
بشکند وخوردن او مضرت جنینکان زنان باردار
را سود دارد **فصل** دهم در میوهای
تر انگور گرم وترست وگرمی او باندازه شیرینی
باشد آنچه نیك رسیده باشد از وی خون بهتر
خیزد نیك وفربه کند وطبع نرم دارد وآنچه
روزی چند آونك کرده باشد نفخ کمتر کند وکسی
را که در رودهای او از باد رنجی باشد حذر
باید کردن تا از پوست او هیچ خورده نشود که
مضرت بود وبا نان بخورد وکسی را که قولنج

باشد انگور باید خورد ومحرور دافع مضرت
او بسکنجبین کند وقولنجی از پس او کموتی خورد
یا بابید **غوره** سرد وخشك است آب غوره
مردم صفراوی را سود دارد ومردم سرد مزاج را
وقولنجی را نشاید **انجیر** گرم وخشك است بدرجه
اول طبع را نرم کند ومثانه را پاك کند وتن مردم
از وی غذا بیشتر یابد که از دیگر میوها
خاصه آنچه سپید **زردآلو** سرد وترست بدرجه
دوم ومعده را نیك نیاید وزود از حال
خویش بگردد وخلطی که از وی بدید آید بدنام
وبدتر آن بود که از پس طعام خورده شود مردم
گرم مزاج را موافق تر باشد وموی دهان که
از گرمی معده بود زایل کند ودفع مضرت او

بکمونی باید کرد شفتالو وسفرنك وآلو هر سه
سرد اند بدرجهٔ دوم وتری الوی زرد ازحال
بگردد وتباه شود وآنچه تمام رسیده باشد معدهٔ
گرم را تباه نباشد از پس او یخ نباید خورد ودفع
مضرت او چون دفع مضرت زردالو گویند آلوی
بیشه سرد وترست وهرچه ترش باشد سرد وتر باشد
واسهال نکند وانکس معدهٔ او ضعیف باشد
دفع مضرت او بگلشکر کهن کنند سیب
سرد وترست بدرجهٔ اول وسیب ترش سرد وتر بود
وسیب شیرین دل قوی کند ومعده را ازوی
قوتی بود وطبع را خشك کند وگرمی دار را ازوی
مضرت نباشد مرطوب دفع مضرت او بشراب قوی
کند انبرود سرد وخشك است انبرود ترش لطیف تر

باشد وسرد تر وبادناك وديرانمعده بگردد
وقولنجی را سخت زیان دارد ودفع مضرت او
بگوارشها وشراب کهن وزنجبیل پرورده کنند
آبی سرد وخشك است بمبالغت آبی بریان کرده
سبك تر وسودمند باشد وبریان کردن او
چنین باشد که او را ببرند ومیان او پاك
کنند وبجایگاه دانه عسل کنند یا شکر سوده
وبهم باز نهند وبخمیر درگیرند در زیر خاکستر
کنند تا پخته شود این تشنگی بنشاند وقی
باز دارد وخمار را سود دارد ومعده
قوی کند وبسیار خوردن آن درد عصب
آرد واگر از پس طعام خورند طبع را اجابت
کند تا بدان حد که اگر بسیار خورند طعام

تا کوارده بیرون آرد واکر میانه او روغن
گاو پر کنند مثل شکر که گفتیم وبپزند در زیر
آتش وبخورند تاسه ودمه وضیق النفس را
نیک بود **انار شیرین** گرم وتر است ومعتدل
است سینه وحلق را نیک باشد وانعاظ
کند لیکن باد او زود تحلیل پذیرد ودر
معده گرم صفرا گردد **نار ترش** سرد وخشک
است وقابض ولطیف معده وجگر گرم را
سود دارد وشهوت جماع ببرد مردم سردمزاج را
سخت زیان دارد دفع مضرت او بتجبیل پرورده
کنند توت شیرین گرم باشد وبادناک گرمی
دار را درد سر آرد دفع مضرتا وبسکنگبین
کنند **جز توت** صفرا بنشاند وطبع نرم کند

ومرطوب دفع مضرت او بکوارشها کنند
خربزه اگر شیرین بود معتدل است در گرمی
وسردی وانچه شیرین نباشد همه اقسام او
تر است وآنچه تمام رسیده بود لطیف تر بود
ودرود کواره وسنگ بگشاید وادرار کند وزنان را بنده
باشد وگرده ومثانه را پاک کند واز پس طعام
نشاید خوردن زیرا که خربزه مادهای
غلیظ را زود بگرده ومثانه برد واز ان ریگ
وسنگ تولد کند اصلاح او محرور را بسکنگبین
باید کردن ومرطوب را بگلشکر خربزه هندی
در سردی وتری از خربزه فروتر است تبریزی
خون وصفرا بنشاند وتبهای محرقه وغب را
سود دارد **کدو** سرد وتر است بدرجه دوم

زود گوارد وچون با گوشت پزند تشنگی بنشاند
وطبع نرم کند وچون بسرکه پزند لطیف تر شود
وحرارت را تسکین بهتر کند ومرطوب قولنجی را
زیان دارد بادنجان خون را بسوزاند وسودا
انگیزد ودهان را بد ماند ومعده را تنگ آرد
ومنش گشتن را باز دارد وسر وچشم را بد باشد
واز بسیار خوردن او بواسیر بدید آید وبسرکه
مضرت او از سر وچشم باز دارد وسدهٔ جگر
بگشاید وچون اورا بنمک آب بجوشانند بس بروغن
تازه یا بروغن بادام بریان کنند بیشتر مضرتها
ازوی برود واگر اورا بشکافند ونیم روز در
نمک آب نهند پس اورا بشویند ودران باب که
خواهند بکار برند مضرت او کمتر شود عناب

تر سرد است بدرجهٔ اول ودر تری وخشکی معتدل
است واندکی بتری میل دارد ومعده را بد است
سرفه را سود دارد وسینه را نرم کند وتیزی
خون بنشاند ترنج پوست او گرم است
وخشک وگوشت او سرد وخشک وتخم او
گرم وتر است ولیکن آنست که با عسل خورند
واندکی پوست او با او بخورند وپوست او
طعام بگوارد وقی ومنش گشتن بنشاند ومعده را
قوی کند ومفرح است سماق سرد است
بدرجهٔ اول وخشک است بدرجهٔ سوم قابض است
صفرا بنشاند ومعده را دباغت کند وتشنگی
ومنش گشتن صفرائی بنشاند وشهوت طعام
بدید آرد وبسیار آمدن حیض را باز دارد

واکر با آب و مضمضه کنند بن دندانها سخت کند
واکر بر معده و شکم ضماد کنند فرود آمدن
صفرا از رودها باز دارد فصل یازدهم
در میوهای خشك خرما کرم و ترست و خونی که
ازوی تولد شود لطیف باشد کرمی او قوی تر
از انکور باشد سینه را و حلق را نیك باشد
و آواز صافی کند و جکر فربه کند و دروی
مضرتی نیست محرور را از پس او نارترش با اندکی
سکنکبین بکار باید برد کشمش بقوت نزدیك
است و اندکی نفع کند انجیر خشك است درد پشت
و تقطیر بول سود دارد و کرده را پاك کند و بر
سینه پاك کند و قوت مردی زیادت کند
و خلطهای تباه را از پوست بیرون اندازد

وبدین سبب شپش پدید آید دفع مضرت او
آنست که بکرمابه بسیار روند و عرق بسیار
آرند واکر با جوز خورند بادها بشکند قولنجی را
سود دارد و محرور دافع مضرت او سکنکبین کند
جوز کرمست بدرجه دوم و خشك است بدرجه
اول جوز طبع نرم کند و دیر کوارد ولیکن
از معده زودتر از بادام فرود آید و چون خشك
باشد طبع باز کیرد و درد کم آرد و صفرا بشوراند
واکر بر ریق خورند قی آرد و زبان کران کند
و درد سر آرد و دفع مضرت او در آنست که هر
دو پوست از وی بیرون کنند و پاك کنند جوز
مغز با سپوس بیامیزند و بریان کنند تا آتش
نرم و بدست بمالند از پوست پاك شود بادام شیرین

گرم ونرم است سینه را وشش را وجگر را وسپرز
را وگرده را پاک کند لیکن دیر گوارد بادام تلخ
گرم وخشک است وسنگ گرده را پاک کند پسته
در گرمی وخشکی معتدل است سده جگر بگشاید
وگرده را نیک باشد وجگر را درست کند فندق
گرم است بدرجه اول وغلیظ است وبر معده
دیر ماند محرور با شکر خورد ومرطوب با عسل
عناب خشک سینه را نرم کند ومعده را نیک
باشد وخون ساکن کند بدان خاصیت که در
ویست وبسیار خوردن نفخ کند وقوت باه را
زیان دارد اگر محرور در میان شراب نقل کند
صواب باشد فصل دوازدهم در شیرینیها
شکر در گرمی وتری معتدل است سینه را

نرم کند ومعده را نیک کند جگر ومعده که
بروی صفرا غالب باشد ونیز صفرا باشد عسل
گرم وخشک است بدرجه دوم پیران را ومرطوبان را
سود دارد وجراحتهای پلید را پاک کند و
محرور دفع مضرت او بسکنگبین ولیمو وآب انار
ترش کند پانید گرم ونرمست بدرجه اول
خاصه پانید سفید وغلیظ تر از شکرست
سرفه را سود دارد وطبع را نرم کند پالوده
آنچه از شکر کنند ونشاسته وروغن بادام
بطبع شکر باشد سینه را نرم کند وغذا بسیار
دهد محرور دفع مضرت او بسکنگبین ساده
کنند حلوا با معده بهتر از پالوده باشد
زیرا که لزوجت کمتر بود دفع مضرت او

چون دفع مضرّت پالوده کند لوزینه سینه وحلق را
پاک کند لیکن سُدّه آرد ودفع مضرّت او بسکنجبین
کند قطایف آنچه از پانید وجوز مغز وروغن
جوز کنند گرم باشد ودهان بد ماند واز نان
او سُدّه تولد کند لیکن زود گوارد وآنچه
از شکر ومغز بادام کنند محرور را موافق‌تر بود
ودفع مضرّت او بسکنجبین وآب انار ترش
کند **فصل** سیزدهم در روغنها
روغن جوز طبع جوز دارد ومعده را وگرده را
نیک باشد وخداوند بلغم را بدین روغن از همه
روغنها بهتر باشد روغن زیت معتدل است و
موافق مزاجها ولطیف خوردن بسیار از وی مضرّت
عظیم کند روغن بادام معتدل است معده را

نیک باشد سرفه را سود دارد ودرشتی سینه
ومثانه را سود دارد وسدّه بگشاید وروغن
کنجد غلیظ است ودر گرمی معتدل است معده را
نیک باشد ونزدیک است بروغن بادام روغن
فستق جگر را وگرده را سود دارد وسدّه را
بگشاید ومعده را بد باشد تدبیر شستن
روغن بگیرند یک من روغن با یک من آب ویک
مشت نمک بیامیزند وبهم بجوشند با آتش
نرم تا آب برود پس نمک از وجدا کنند ودیگر
بار با آب بیامیزند وبجوشانند تا آب برود
روغن بماند بخش دوم در چگونگی غدا خوردن
واین بخش مرتبست بر دو فصل **فصل اول**
در حقیقت غدا بدانکه هرچه که آنرا بخورند

وبباشامند آن بر چهار قسم است قسم اول آن چیزیست که
که طبیعت آن چیز در طبیعت تن عمل کند و طبیعت
تن دران عمل نکند و آن زهر کشنده باشد زیرا که
آن چیز که طبیعت تن را می گرداند و طبیعت او
هیچ شکسته نشود پس لازم آید که آن چیز بعاقبت
طبیعت تن را باطل گرداند قسم دوم آنست که
طبیعت او در تن عمل کند لیکن عاقبت طبیعت تن
دروی عمل کند و طبیعت اورا باطل گرداند لیکن
خود خود بگرداند قسم سوم آنست که طبیعت او
در تن عمل کند لیکن بعاقبت طبیعت تن بروی
مشغولی شود و طبیعت اورا باطل کند و خود
خود بگرداند واین را طبیبان غذای دوائی
گویند قسم چهارم آنست که طبیعت او در تن آدمی

هیچ اثر غریب نکند لیکن طبیعت تن اورا از حال خود
بگرداند واین را طبیبان غذای مطلق گویند
وبباید دانستن که تن آدمی جسمی تراست و حرارت
غریزی که در تن آدمی است پیوسته با رطوبت او
اثر میکند واز وی بخارها برمی انگیزد و اجزای
تن خرج میشود پس هر آینه آن جزهای خرج
شده را عوضی باید لاجرم حیوان را بغذا
خوردن حاجت افتاد تا اجزای آن غذا که
خورده شود عوض آن جزوها گردد که حرارت
را خرج شده باشد فصل دوم دوم دربیان
آنکه غذا چگونه باید خوردن باید که طعام
بر شهوتی صادق خورند و چون شهوت
صادق بدید آید در طعام خوردن تاخیر نکند

وچنان باید که چون دست از طعام باز گیرد هنوز
آرزوی طعام باقی باشد زیرا که از بقیت شهوت
پس از یک ساعت برود و بدترین خوردن آنست که
معده را گران کند پس اگر روزی باتفاق چنین
افتد دیگر روز بسیار بخسبد در خانه که هوای
آن معتدل است و اگر خواب ببرد بسیار نزود
وچند قدح شراب صرف بخورد و باید که در خوردن
تنها ترتیب نگاه دارد و آنچه لطیف تر و روان تر
بود اول آن خورند زیرا که اول اگر غلیظ خوردن
آنگاه لطیف آن لطیف زود بگدازد و چون غلیظ
ناگواریده باشد لطیف راه نیابد تا بگذرد
بس هم آنجا فاسد شود و از پس ریاضت و رنج
طعام غلیظ نشاید خوردن چون ماهی تازه

ومانند آن زیرا که زود تباه شود بسیار
غذاها که دران مضرتی باشد گروهی با آن خو کرده
باشند و خوردن آن عادت دارند آن گروه را
آن غذا بهتر باشد از غذا شیئ که در وی هیچ
مضرتی نباشد زیرا که با آن خو کرده باشند
و بسیار کس باشد که او را غذای نیک زیان
دارد آن کس را از آن غذا پرهیز باید کرد و بدترین
خوردن آنست که طعام مختلف در یک نوبت خورده
شود باید که مدت طعام خوردن زود باشد که
اگر مدت دراز باشد آنچه باول خورده باشد
بهضم در آید و ادخال طعام علی الطعام شود
و بهترین نوبتها در طعام خوردن آنست که در
روز سه بار طعام خورند بامداد و شبانگاه

ودوم روز نماز پیشین وهرانکس که دریک روز
دوبار طعام خوردن عادت دارد اکر بیک بار
باز آید ضعیف شود واکر یک عادت دارد بدو بار
کند هم ضعیف شود وکاهل کردد وکسی راکه معده
کرم باشد صفرا دروی تولد کند اورا باول روز
چیزی اندک باید خوردن واولیتر آن باشد که
لقمهٔ چند نان باشراب غوره یا باشراب انار بخورد
پس بکرمابه رود وریاضت کند واکر کسی را
اتفاق افتد که از طعام ممتلی شود وبروی
کران کردد یا بسبب حرکت طعام در معدهٔ او
بسوزد باید که حالی قی کند واکر ممکن نکردد
آب کرم بخورد تا آنرا فرود آرد وخود را
درخواب کند واکر بدین کار برنیاید ومرد

محرور باشد طبع را با طریفل کوچک نرم کند یا
بکلنکبین مسهل واکر مرد مرطوب باشد طبع را
بکمونی وتمر هندی نرم کند وغداهای لطیف
تن درستی را بهتر نکاه دارد ولیکن قوت کمتر
دهد وغداهای غلیظ باید که بر کرسنکی راستی
خورند وباندازهٔ حاجت وبسیار خوردن میوه
های تر خون را آب ناک کند وبدین سبب
هر که را حرارتی رسد خون او بجوشد همچو شیرهٔ
انکور وآبهای میوه اکر یک روز بماند بجوشد
وکرم شود وبعضی میوهای تر اکرچه محرور را
در تابستان وقت باشد که سود دارد ولیکن خون
اوی خناق شود وزود عفونت پذیرد بدین سبب
آنست که از بسیار خوردن میوهای تر تبها تولد
کند

غذاي خشك شهوت را ببرد وگونهٔ روي تباه كند
وطبع خشك كند وغذاي چرب كاهلي كند وشهوت
طعام ببرد وغذاهاي سرد وسستي وكاهلي آرد
غذاهاي ترش بسيار خوردن آن اثر پيري زود
بديد آيد بسيار غذاهاست كه در يك روز يك
نوبت نشايد خوردن چون دوغ با وازپس هيچ
زردالو وشفتالو نشايد خوردن ونه از پس نار
ترش ونه از پس هيچ ميوهٔ ترش ترنج يا چيزي كه
از سركه سازند نشايد خوردن نمك وسير تر
وشير با هيچ ميوهٔ تر نشايد خوردن سكباج و
غوره با با ماهي شور نبايد خوردن كبوتر بچه
وپيار وسير وخردل بيكجا نبايد خوردن گوشت
نمك سود بسركه وبشير نشايد خورد وهمچنين هم

مرغ بجغرات نشايد پختن وخوردن سركه در خنور
مس وارزيز نشايد داشت كه زيان كار شود سير
وپياز بيكجا نبايد خورد وانگبين وخربزه بيكجا
نبايد خوردن با ميوهاي تر آب يخ نبايد خوردن
فندق وبادام بيكجا نبايد خوردن هر كس كه بالبنيات
شراب خورد از نقرس بيم بود از بسيار خوردن
پياز كلف وسر گشتن بديد آيد چيزهاي شور خوردن
از پس فصد وحجامت گر وبهق بديد آيد والله اعلم

مقالت ششم

سخن درين مقالت
مرتبست بر دو بخش بخش اول در استفراغ مباشرت
كردن ودرين بيست فصل است فصل اول بر طبيب
واجبست علاج كردن اعضاء تناسل زيراكه حفظ
نوع ممكن نشود جز بتناسل وتناسل حاصل نشود

مگر آن وقت که نر و ماده در لذت جماع و در انزال
موافق باشند هم فرزند پدید آید و هم میان ایشان
دوستی بود و اگر در انزال تقدیمی و تاخیری
باشد نه فرزند متولد شود و نه میان ایشان
الفت بود و بسیار بود که اوعیه منی مرد ضعیف
بود و آب او چندان نباشد نه فرزند تولد کند
و نه زن از مرد لذت تمام یابد و باشد که آب
مرد کم و تیز بود زود انزالش افتد و شهوت
زن هنوز پدید آمده نباشد مرد از زن
جدا شود و حاجت زن تمام نا شده پس اگر آن
زن بی حیا باشد در آن حالت اگر بیگانه یابد
حاجت خویش از وی حاصل کند انکه لذت
هر دو از یکدیگر حاصل شود و انزال هر دو

موافق افتد بی تقدیم و تاخیر و آن در علم
طبیعت و اگر آلت مرد و زن باندازه یکدیگر نیست
و بدان سبب ایشان از یکدیگر لذت نیست
تدبیر آن هم در طبیعت بدین سبب علاج اعضا
تناسل واجب است

فصل دوم

در منافع
جماع چون منی در اوعیه بسیار شود و در تن
گرانی پدید آید چون جماع کرده شود تن
سبک شود و طبیعت از جهت غرض آن ماده
بجنبد و بدان سبب شهوت طعام و هضم
زیادت شود و حواس صافی تر شود و دود
منی که جمع شده بوده است و بجانب دل و دماغ
بر می آمده دفع شود و بدان خیرگی چشم
و تیرگی دماغ و اندیشهای فاسد زایل شود

دردکرده که از امتلا بود و آماس قضیب و خایه
و آماسهای پیغوله‌ی ران و درد پشت و کمرگاه
دفع شود در حق زنان حامله اختناق الرحم زایل شود

فصل سوم در مضرتهای جماع که
نه بر وقت و نه بر شهوت صادق افتد مبالغه
کردن در جماع و الحاح کردن بر خود درین باب
سخت زیان دارد زیرا که چون اوعیه از منی
تهی شد هر جماع که از پس آن کنند غذای
خصیه ازوی بستانند نه بینی که هرگاه که الحاح
کند بجای منی خون آید و چون غذای خصیه
ستده شود خصیه از گرده بستانند و گرده
از جگر و جگر از معده و غذا خام بماند و ناگواریده
بخود کشند بدین سبب در رگها ماساریقا

ستده افتد و آماس جگر پدید آید پس به یرقان
و استسقا ادا کند و آنچه ازین غذای ناگوارید
بدماغ رسد درد سرآرد و بآخر بصرع انجامد
و سکته و فالج و لقوه و ضعیفی عصبها و آنچه
ازان غذای ناگواریده بدل آید ازوی رطوبتی
خام در غلاف دل جمع شود و خفقان و ضعیفی دل
پدید آید و آنچه بشش رود ضیق النفس و سرفه
و سل پدید آید و آنچه بحجاب رود ازوی ذات
الجنب تولد کند و آنچه بمفاصل رود ازوی
اوجاع مفاصل و نقرس و عرق النسا تولد
کند و بدانکه اگر جماع بر امتلا اتفاق افتد
این علتها که گفته شده است تولد کند زیرا که
بسبب حرکات بسیار و انتشار حرارت طعام

از معده بجگر رسد نا مهضوم واگر بر گرسنگی
اتفاق افتد مضرت او بیشتر بود زیرا که رطوبت
غریزی خرج کرده شود وتن سرد وخشک شود
وقوت همه حواس ضعیف شود وساقهای پای
سست شود ورنگ روی زرد شود وموی ضعیف
شود وبسبب خشکی دماغ اصلع شود ودرد پشت
وزانو وگرده ومثانه خود نقد بود وهر انکس
در تن او خلطی بد بود در حال جماع فراسای آن
بپوستها وبر آید واندام او ناخوش بوی شود واز
بسیاری جماع دوار وطپیدن دل وسپیشی تولد
کند وباشد که حرارت غریزی مشغول شود وتبهای
محرقه آرد اینست اندکی از مضرتهای جماع که بنا وقت
کرده شود **فصل** چهارم بدانکه مردم لاغر

بوند یا فربه یا معتدل درهر دو اگر لاغر بود
جماع او را زیان دارد که در وقت جماع کردن حرارت
غریب در تن بدید آید وآن حرارت ورطوبتهای
اصلی را گداخته کند وآن قدر از رطوبات که
باشد خرج شود پس انکس بدق درافتد ودر ذبول
افتد وچون رطوبت اصلی خرج شود حرارت
غریزی کمتر شود وباشد که جماع کردن این کس را
بهلاکت مفاجا برساند وبدانکه مردم لاغر دو طایفه
اند یکی انکه رنگ ایشان سفید بود وپوست
ایشان نرم بر تن ایشان موی نباشد ورگهای
ایشان تنک بود وخون اندکی بود وسپیدی
رنگ ایشان بسبزی گراید این همه علامتهای
سردی وخشکی مزاج اصلیست واین گروه را سینه

اندک وغلیظ باشد وزنخ جماع کردن در تن
ایشان عظیم بد بُد آید گروه دوم سیاه چرده
باشند ورگهای ایشان فراخ بود وبند کشهای
ایشان قوی بود وموی بر تن ایشان بسیار
بود وپوست ایشان سخت ودرشت بود واین
علامات مزاج گرم وخشک است این گروه را منی
منی اندک بود وسطبر وشهوت جماع بسیار
بود ودران کار قوی باشند لیکن زود از کار
بازمانند ومضرت جماع کردن درحق ایشان
کمتر بود امّا مردم فربه نیز دو گروه اند یکی
آنست که فربهی ایشان از پیه باشد نشان آن
بود که پوست ایشان نرم بود ونیز موی ورگها
باریک بود ورنگ ایشان سپید بود وایچنین

کس را مزاج سرد وتر است این گروه را منی بسیار
بسیار بود ولیکن تنک بود وشهوت جماع اندک
بود واز مضرت دق وذبول ایمن باشند لیکن
مضرتهای دیگر چون درد پشت ودرد زانو وغیر آن
بسیار افتد گروه دوم انکه فربهی ایشان از گوشت
بود ورنگ ایشان بسمرت زند ورگهای ایشان
فراخ بود وخون بسیار بود وشهوت جماع قوی
بود ومضرت آن اندک بود واگر از جماع باز
ایستند مضرت آن بیشتر از مضرت بسیار کردن
باشد پیران ومردمان لاغر وکسانی که از جماع
لذت یابند واز پس آن ضعیف شوند از جماع
دور باید بود وهلاک خود دران باید دانستن

فصل پنجم در تدبیرهای موافق

اما مزاج سرد وخشك را تدبیر هاء گرمی وتری
افزاینده باید کردن طعام از نان وگوشت بره
واسفیدبا وکوفته وهریسه وکباب باندازه هضم
وتوابل در طعامها در باید کردن چون زنجبیل
ودارچینی وپلپل وشیرینیها چون عسل ولوزینه
وشراب شیرین مزه وخرما در شیر اغشته وشیر
وانگبین سود دارد وازطعامهای شور وترش
باید کردن وبرپشت گرم ونرم باید خفتن وچون
طعام هضم شده باشد در گرمابه رفتن وروغن
یاسمین وروغن خیری بکار داشتن ولخلخه
مشکین با خود داشتن وشقاقل پرورده وزنجبیل
پرورده سود دارد واگر قوت بیك بار ساقط
بود در حال ماء اللحم باید داد باندکی

شراب ریحانی وزرده خایه نیمبرشت اما مزاج
سرد وتر تدبیر درین باب ضعف ببوی مشك وعود
باید کردن ومعجونهای باه که یاد کرده شود
بکار باید داشت وطعام او کباب وبریانی
وقلیه خشك بتوابل چون پلپل ودارچینی
وزنجبیل وبجای آب ماء العسل خوردن وشراب
کهن وشراب انگبین سود دارد اما خداوند مزاج
گرم وخشك تدبیر وی از طعامهای گرم طبیعت
پرهیز باید کردن وطعام او از کدو واسفاناخ
وماش مقشر وکشك جو ودوغ تازه وبزغاله
ومرغ فربه وخایه مرغ نیمبرشت وماهی تازه
سخت موافق بود وازمیوها انگور رسیده
موافق باشد وامرود چینی وازداروهای باه

چون شیر وترانکبین چنانکه بعد ازین شرح داده
شود سخت موافق باشد وشیر تازه وشکر باهم
جوشانیده ونان سپید سخت موافق باشد
خداوند مزاج کرم وتر را جماع نا کردن زیان دارد
وأیشان را بمیزید علاج حاجت نابد وبعضی
مردم باشند که اکر جماع نکنند وسواس وخیرکی
چشم بدید آید واکر نکنند طپیدن دل وضعف
بدید آید وقوت ساقط شود وسبب این آنست
که مزاج آلتهای تناسل کرم وتر بود ومنی بسیار
تولد کند ومزاج دل ودماغ ومعده ضعیف بود
علاج ایشان بچیزها باید کردن که منی را خشک
کند واکر خواهند که از لذت جماع باز نیفتند
وبهره یابند دل ودماغ را ومعده را قوت دهد

باید کرد بمعجونهای قوی چون مثرودیطوس ودواء
المسك وطعام وشراب معتدل کردن پس اکر دل
ودماغ کرم بود این معجونها احتمال نکند اطریفل
بزرك بکار دارد ودل ودماغ را ببوی صندل
وکلاب وسیب وآبی وشراب خوشبوی قوت دادن
وبعضی مردمان باشند که ایشان را بعد از جماع
اندامها بلرزد بر سبیل رعشه ایشان را چند
روز پیوسته نیم درم جاوشیر با یکدرم سنك
آب مرزنکوش بباید داد واکر سخت باشد استفراغ
کند بداروهای که رطوبات لزج بیرون آرند
بهتر باشد ودماغ را بمشك وعنبر وروغن بان
قوت دهد وعصبها را بروغن قسط وروغن سوسن
وروغن ناردین ومشك وعنبر وسعد وابهل

در وی حل کرده منی مالند وبعضی مردم را از جماع
درد سر خیزد وچشم تیره سبب آنست که در تن
ایشان خلط بد بود بحرکت جماع بخار آن بدماغ
برآید علاج استفراغ آن خلط باید کرد یا بایارج
فیقرا وقوت دادن دماغ بروغن گل وگلاب واندکی
سرکه که بر سر می نهند وطعام از سماق وآب غوره
وانار دانك وماننداین سازند وکشنیز در طعامها
کردن وگلاب وصندل بوییدن مفید باشد والله
اعلم فصل ششم در کیفیت شکستن
جماع اگر بسیاری شهوت بسبب گرمی وتری
بود استفراغ وفصد کند شهوت را بشکند وطعامها
مهاسبك باید خوردن وشربتهای خنك بکار
باید داشتن چون شراب لیمو وشراب نیلوفر

وآب تخم خرفه ودوغ ترش ودر طعامها کشنیز تر
وخشك وتخم کوك کردن وطعامها چون غوره با
با وسماق باریواج یا انار با وترشی وترنج وچیزها
سرد وخشك چون پست عدس ضماد کردن از
طحلب وبرك خرفه وکشنیز تر واسپیوش بر خایه
ومعده وکاسنی تلخ طلا کند صفت دارویی که
منی را خشك کند تخم کوك وتخم خرفه را
سنا است شربتی یك درم تا پنج درم با آب عدس
پخته علاج دیگر بزر السذاب بزر البنج جند بیدستر
راستا راست شربتی یك درم علاج دیگر
تخم سذاب انیسون از هر یکی دو درم گل سرخ
وگل انار از هر یکی سه درم شربتی ازین دو درم
با آب غوره سرد یا روغن ترمس واگر بسیاری

شهوت از کمی و نیز سبب منی بود **نشان** او آنست که
منی زود بیرون آید و در کرده گاه گرمی و سوز
منی باشد و از جماع ضعف بدید آید **علاج** او
شربتهای خنک باشد که یاد کردیم و بر پشت
کمان خفتن و تخته سرب بر پشت بستن برابر کرده
سود دارد **فصل** هفتم در انکه قضیب
بی شهوت جماع برخاسته بماند سبب این علت بسیاری
بادهای غلیظ باشد در حوالی اعضای تناسل
وسبب آن بادهای غلیظ از خوردن طعامهای
غلیظ و باد انگیز بود چون انگور و نخود ولوبیا
و زرده خایه مرغ و شراب نو و این علت را
اگر زود علاج نکند باشد که اماسهای گرم بدید آید
و بکشد اگر سبب این بیماری بلغم غلیظ بود استفراغ

باید کردن بفصد و علی الجمله این بیماری را
در باید یافت و اگر نه بیماریهای بدید آید
که بمرگ انجامد **فصل** هشتم در انکه
آب زود بیرون جهد بدانکه آن آب که در وقت
جماع بیرون آید وبسبب تولد فرزند است آنرا منی
گویند و آن آب که بوقت بازی و سخن گفتن و نگاه
کردن بکسی بیرون آید آنرا انزال مذی گویند
و آن آب که از پس بول کردن بیرون آید آنرا ودی
گویند و اسباب زود بیرون آمدن آب چهار است
سبب اول بسیاری منی است که از بسیاری
منی است خون بدید آید و دیر جماع کردن بدان باید
دهد علامتهای این قسم آنست که علامات
خون ظاهر بود و تدبیرهای گذشته بران یاری

دهد علاج اول رگ زدن وطعام کمتر خوردن
واز شراب دور باشد وبامداد آب غوره وانار
ترش وسکنگبین خورند صفت دارویی که منی
را کمتر کند تخم کوک تخم خرفه از هر یکی ده درم
کافور دانگ ونیم شربتی سه درم بکار دارند
سبب دوم تنکی وخامی منی آنست که ودی
از پس بول بسیار ظاهر شود علاج داروهای
گرم وقابض وخوردن گوشتهای بریان ومطبخه
وقلیه خشك با دارچینی وصعتر وزیره
وماننداین بکار باید داشت صفت داروی
که مذی وودی از مردان واز زنان باز دارد
تخم سذاب تخم بنجنك است گلنار راستا راست
شربتی ازوی سه درم بسکنگبین خورند علاج

دیگر کرویا تخم بنجنکشت دود کردن وبقع دود آن
با ندرون فرج زن رسانیدن سود دارد ضمادی که
از قسط وفقاع اذخر وقصب الذریره واقاقیا
ولادن سازند سود دارد لادن در روغن یاسمین
حل کنند وداروها بدان بسرشند اما طعام باید که
درو سعتر وسذاب وزیره درو کنند سبب
سوم ضعیفی آلتهای تناسل وضعف قوت ماسکه
علامت آن بود که منی بیخواستن صاحب بیرون
اید علاج اگر مزاج تن گرم بود علاج آنست که در
سبب نخستین گفته شد واگر مزاج سرد وتر بود
واین بیشتر بود علاج آنست که استفراغ رطوبات
کند بداروهای مسهل چون حب شیطرج وطعام
گوشتهای بریان وقلیه خشك با انگبین خوردن

وروغن نرکس با مشك طلا کردن ودر آب مورد
ومرزنکوش ونارپوست وجفت بلوط وسعد بخایدن
ودران نشیند وازپس قسط وفرفیون وسعد
وسنبل واقاقیا ورامك ودروغن نرکس وروغن
مورد طلا کردن سود دارد وعصارهٔ مورد تر
وعصارهٔ مرزنکوش ازهر یکی سی درم بکیرند
واقاقیا ورامك وسك وقسط ومیعهٔ تر وعصارهٔ
لحیة التیس وفرفیون ازهر یکی دو درم روغن
بلسان نیم درم وروغن نرکس ده درم بهم بیامیزند
وطلا کنند سود دارد احتلام افتادن بسیار
باید که بر پشت کتان وبر برك کل وبرك بید
خفتن نیك بود وتختهٔ ازسرب برکمرکاه بستن
نیك شود وبا این علاجها که کفته شد

سبب چهارم کرمی وتیزی منی علاج آنست که
شربتها وضمادها وطعامهای خشك بکار دارند
تا آن تیزی را بنشاند وباعتدال باز دارد وتخم کوك
وتخم خرفه با سکنجبین سود دارد وصندل وکافور
خاصه نیلوفر جالینوس کوید که نیلوفر بوییدن
وخوردن وروغن او مالیدن قوت منی بنشاند
واسبغول نیز وهمه طعامهای ترش درین باب
سودمند است فصل نهم در اسباب ضعیفی
از مجامعت کردن بدانکه قوت بر مجامعت آنکاه
حاصل بود که مزاج عضو رئیس قوی بود یعنی
دماغ ودل وجکر واوعیهٔ منی علامت آنکه
ضعیفی در جماع بسبب ضعیفی دماغ بود آنست که
جماع آرزو نکند واکر جماع کند لذت تمام نیابد

وقضیب سست بود و بدانکه ضعیف دماغ بر اقسام است
یکی انکه سبب ضعیفی دماغ سردی بود علامت او
آنست که خداوند این علت بسرمای سرد
وهوای سرد جماع نتواند کردن واورا چیزهای
سرد خوردن زیان دارد دوم انکه سبب ضعیفی
دماغ تری بود علامت او آنست که در گرمابه
ودر مستی جماع نتواند کردن وآب خوردن
وتریهای این کس را زیان دارد سوم انکه سبب
ضعیفی دماغ گرمی بود علامت او آنست که خدا
وند این علت در زمستان قدرت بر جماع
کردن بیش ازین داشته بود که در تابستان
واین مزاج را چیزهای گرم زیان دارد چهارم
انکه سبب ضعیفی دماغ خشکی بود علامت آنستکه

از طعامهای خشک ضعیف تر شود چهارم
انکه سبب ضعیفی عصبها بود که بد و آفتی
رسیده بود چون افتادن بر پشت یا بوقت
بریدن ناسور عصبی که بقضیب پیوسته است
ازین عصبها بریده شده باشد یا بر زمین سرد
بسیار نشسته باشد اما انچه از ضعف دل بود
علامت او آنست که شرم بروی مستولی بود
وترس ونشانیهای ضعف دل چنانکه در اول
این کتاب یاد کردیم ظاهر بود اما انچه از ضعیفی
اوعیه منی بود ما درین جایگاه علامت ضعف
اوعیه منی بعضی باز گوییم اگر مزاج اوعیه منی
گرم باشد خصیتین بزرگ بود وما همه نشانها
در اول کتاب شرح دادیم باز گفتن فایده نبود
باشد

فصل دهم در تدبیرهایی
قوت دهنده بدین کار نخود تازه زیاده کردن
در غذا از برای قوت مجامعت قوی تر و نافع تر
از همه غذاهاست زیرا که گرم است باعتدال
وغذا دهنده است ودروی رطوبتی است افزونی
که مادهٔ باد باشد اگر اورا در آب کنند تا اغشته
شود وهر بامداد از ان نخود خام یك مشت
بخورد قوتی عظیم کند ودروی هیچ مضرتی
نیست واگر مردم سرد مزاج آن را بازنجبیل
خورد صواب بود محمد زکریا گوید که اگر کسی
اندر خیز خایه عاجز آید بخوردن نخود خام بمقصود
رسد واگر نخود خام بشراب آغشته کند قوی تر
بود قلیه که از گوشت وکزر ونخود وباقلی

کنند ونمك اورا بازنجبیل آمیخته کنند وزردهٔ
خایهٔ مرغ برافکنند بهترین غذاهاست واگر
انگبین درین قلیه کنند قوی تر شود ماهیی
تازه بریان کرده با پیاز خام خوردن سود
دارد وخداوند مزاج سرد را بازنجبیل وقرنفل
ودار فلفل باید خوردن صفت طعام نافع
هلیون باب بپزند پس بروغن گاو بریان کنند
وزردهٔ خایه برافکنند ودارچینی اندکی بروی
برا کنند صفت نوعی دیگر چوزهٔ مرغ خانگی
فربه سه عدد کبوتر بچه یك عدد بیه کبوتر
بچه آنچه حاصل آید وهمه را اندامها جدا کنند
وبا نخود وباقلی ولوبیا وپیاز بسیار بپزند
واندکی توابل درافکنند ونمك اورا نمك سقنقور

کند چنانکه نمک با زنجبیل آمیخته بود نوع دیگر
بگیرند گوشت اشتر جوان دو جزو و پیاز سفید
یک جزو با هم بپزند نیک و آبکامه خوش کنند
و عود کوفته و دارچینی را فکنند دیگری
بگیرند ماهی بریان کرده چنانکه رسم است
و زرده خایه مرغ برافکنند و توابل و دارچینی
و دار فلفل و زنجبیل برافکنند نوع دیگر
بگیرند مغز جوز هندی و پوستهای او را بتراشند
و آنگاه او را خرد کنند و نان سپید در شیر تازه
با این مغز جوز ترید کنند و مرغ فربه یا بط
فربه در زیر آن بیاویزند در تنور این غذا
سخت نافع بود صفت دیگر بگیرند مغز بادام
شیرین مقشر و مغز فستق مقشر و مغز فندق

و مغز گوز هندی تراشیده و تخم خشخاش سفید
از هر یک برابر همه را بکوبند کعک خشک کرده
چند وزن همه هر بامداد مقدار چهل درهم
ازین مغزها در شیر تازه بجوشانند با آن کعک
بخورند تن را فربه کند قوت مجامعت زیاده
کند نوع دیگر بگیرند کبوتر بچه و جوزه مرغ خانگی
که علف ایشان نخود بوده باشد و مغز پنبه
دانه و لوبیا و باقلی و تخم معصفر بچینه عظیم سود
مند بود نوع دیگر بگیرند بنجشک و کبوتر که
در شکم او سیر و تخم جرجیر و نودری پر کرده
باشند و در زیر آتش کرده باشند سود دارد
و گفته اند که اگر کسی پیوسته گوشت گنجشک
خورد و بجای آب شیر پیوسته قضیب را سخت کند

فصل یازدهم در داروها که
از غذا سازند بگیرند نخود سیاه و در آب جوجیر
تر کنند و چون خشک شود هم بدین آب باز تر کنند
و باز خشک کنند و باز تر کنند سه نوبت پس هم
سنگ آن پایند بکوبند و بروغن حبة الخضرا
یا باروغن فستق یا باروغن جوز هندی و یا
روغن پنبه دانه بسرشند بامداد و شبانگاه
بمقدار جوزی ازان میخورند و از پس ان سه
قدح شراب ریحانی صفت دیگر بگیرند نخود
پاک کرده و بشیر تازه تر کنند تا بزرگ شود
پس بروغن گاو بریان کنند و چند وزن آن از
حب الصنوبر صغار با آن بکوبند و با انگبین
مصفی بسرشند و اندکی دارچینی و مصطکی بر افکنند

و بمقدار جوزی بزرگ هر بامداد و شبانگاه
میخورند صفت دیگر بگیرند خسک خشک و بستانند
نرم و آنرا در آب خسک تر کنند که از خسک تر
کوفته و فشارده باشند و خشک کنند و باز تر
کنند سه نوبت یا پنج نوبت بعد ازان هر بامداد
شش درم ازین خسک یا بیست درم شیر تازه
بجوشانند و اندکی زنجبیل بر افکنند عظیم نیک
بود صفت دیگر بگیرند خسک پرورده سه جزو و عا ق
قرحا و شکر طبرزد از هر یکی چهار جزو و شربتی
ازوی دو درهم با آب گرم صفت دیگر بگیرند
شیر تازه سه رطل و ترنگبین تازه نیم رطل
مغز حبة الخضرا کوفته نیم رطل خاولنجان کوفته
و بیخته نیم رطل و درین سه رطل شیر بجوشانند

تا غليظ شود هر بامداد ده درم يا کمابيش خورند
قوي بود صفت ديکر بکيرند باقلي ونخود ولوبيا
ودر آب تر کنند تا بزرك شوند بس کوشت فربه
جوان بکيرند ويك تو کوشت کنند ويك تو
پياز خرد کرده ويك تو ازين حبوبات واندکي
نمك سقنقور درافکنند وتوابل در کنند وبپزند
صفت ديکر بکيرند مغز بجشك ومغز کبوتر
بچه پنجاه عدد وزرده خايه مرغ ده عدد
ماء اللحم که از کوشت ميش جوان کرده باشند
ويك غداره آب پياز کوفته وفشارده سي
درم سنك جرجير پنجاه درم وتوابل
چندانکه رسم است خاکينه سازند وبخورند
وازپس هضم آن اندکي شراب خوش بوي بخورند

قوتي عظيم حاصل شود صفت ديکر بکيرند تخم جرجير
کوفته دو درم لسان العصافير کوفته نيم درم
کندر رومي کوفته يکدرم همه را با زرده خايه
نيم برشت بخورند صفت ديکر بکيرند زرده
خايه مرغ ده عدد وروغن کاو پنج درم
شکر سوده سي درم دارچيني برافکنند
ونيم برشت کنند وبخورند قوتي عجب بيند واکر
بجاي شکر انکبين بود نيك باشد صفت ديکر
جلغوزه دو جزو تخم خربزه وتخم جرجير از هر يکي
يك جزو همه را بکوبند وبا روغن کاو بريان کنند
ونکاه دارند تا نسوزد واندکي دار فلفل
ودارچيني برافکنند وانکبين برسر آن کنند
وبقوام آرند واکر درين معجون تخم کزر شقاقل

قل

در افکنند نیک بود و اگر کسی این تخم را نخواهد
بدل آن مغز حبة الخضرا کنند و اندکی مشک در
افکنند نیک آید صفت دارویی که محرور را نشاید
بگیرند دو رطل شیر تازه از گاو جوان و دو سیر
ترانگبین بر افکنند پاکیزه و بجوشانند تا بقوام آید
شربتی دوازده درم بناشتا خورند بگیرند پاینده
و شیر تازه و عصارهٔ پیاز از هر یکی جزوی و بجو
شانند تا بقوام آید شربتی از وی دوازده درم
سنگ بناشتا صفت دیگر بگیرند عصارهٔ پیاز یک
جزو و انگبین دو جزو و هر دو را بپزند تا بقوام
آید تا عصارهٔ پیاز برود و انگبین بماند شربتی
مقدار دو کفچه با آب گرم در وقت خواب نافع
بود صفت دیگر بگیرند آب پیاز یک جزو

پاینده یک جزو بپزند تا بقوام آید شربتی پانزده
درم صفت دیگر بگیرند پیاز سپید صد عدد پاک
کنند و در پاتیلهٔ سنگین کنند و شیر تازه بر سر آن
کنند چندانکه چهار انگشت بر سر آن باشد و بپزند
تا محرا شود بعد از آن بردارند و بنهند تا سرد شود
و هم سنگ وزن پیاز روغن گاو کنند و بپزند تا
بقوام آید و بگیرند شقاقل و خولنجان از هر یکی
بیست درم کوفته و بدان بسرشند و بکار میبرند
بناشتا مقدار ده درم یا بیش صفت دیگر بگیرند
حبة الخضرا چندانکه خواهند بکوبند و با شراب
انگوری بپزند چندانکه محرا شود و بپالایند از آن
شراب یک رطل با بیست و پنج درم سنگ روغن
بادام شیرین آمیخته در مدت هفت روز بخورند

صفت دیگر بگیرند تخم شلغم تخم جرجیر مغز تخم
خربزه واسناداست بکوبند هر بامداد سه درم
با شیر تازه بخورند صفت معجون نافع زنجبیل ودار
فلفل تودری سرخ وسپید نعناع شقاقل را
سناداست همه را بکوبند وهم سنگ ادویه نمک سقنقور
بیامیزند وبکار برند صفت دیگر قوت مجامعت را
زیادت کند بگیرند شلغم وانجیر واسناداست وهر دو
را در آب بپزند تا آب قوت آن بگیرد پس بفشارند
وصافی کنند وقدری از پانید که طعام آن شیرین
کند در آن آب کنند وباز بجوشند تا از سه یکی ماند
آنگاه بکار برند نیک نافع بود صفت دیگر بگیرند
انجیر خشک فربه پنج من حلبه پنج درم اول انجیر را
بشویند تا غبار خاک از وی برود ودر آب کنند

چندانکه آب بر سر آن بایستد اگر زمستان بود سه
شبانه روز بجای گرم بنهند واگر تابستان بود
یک شبانه روز واگر بهار بود یا خزان دو شبانه
روز تا آب طعم انجیر گیرد وقوت از وی بستاند
پس جوشی بدهند ودر کرباس پاکیزه کنند وبفشارند
وبپالایند وآن آب در دیگی کنند سنگین وهم
سنگ آن انگبین وبعضی انگبین نیم وزن آن کنند
وتخم هلیون ودری سرخ وسپید از هریک دو درم
سه درم زنجبیل دارچینی جوز بوا بسباسه خیربوا
از هر یکی یک درم همه را بکوبند ودر خرقه کتان
کنند فراخ ودر دیگ افکنند وبجوشانند تا بقوام
آید وهر ساعت آن صره همی مالند تا قوت دارو
در شراب میرود پس صره را بفشارند وبیفکنند

وازان هر روز بیست درم یا سی درم میخورند
عظیم نافع است صفت دیگر بگیرند گزر ده من و پا
کیزه کنند و بشویند نیک و سر و بن ازوی فکنند
و آنرا درم درم کنند و در دیگ سنگین کنند و سی
درم حلبه و ده من آب در وی کنند و سر دیگ
بپوشند و در گل گیرند تا بخار بیرون نشود و چون
پخته شود برگیرند و بنهند همچنان سر دیگ پوشیده
تا سرد شود آنگه سر دیگ بگشایند و آن آب از وی
بپالایند و گزر را در کرباس کنند و بفشارند و هم
سنگ آب گزر انگبین مصفا بر نهند و همان داروها
در شراب بیشین یاد کرده شده در صره کرده
در وی افکنند و همچنان بپزند و بعضی اطبا هم
سنگ آب گزر شراب انگوری با انگبین بیامیزند

نیک آید اما حرام است **فصل** دوازدهم
در معجونها بهترین معجونها درین کار مثرودیطوس
است و دواء المسك خاصه کسی را که بسبب تقصیر
درین کار ضعف دل بود صفت آن بگیرند عسل
بلادر و انگبین و روغن گاو از هر یکی برابر
و هر سه را در هم بجوشانند و نگاه دارند تا نسوزد
شربتی از وی یک درم تا دو درم با شراب ممزوج
کنند صفت دیگر بگیرند حلبه را و بجوشانند
و بپالایند و خرما را دانه بیرون کنند و بکوبند
و با انگبین بسرشند از یک درم تا دو درم با آب
گرم با شراب ممزوج کنند و بخورند نوعی دیگر
بگیرند تخم پیاز سپید و شقاقل و مغز نجشک
و کندر از هر یک جزوی و همه را بکوبند و با مغز

بخشك حل كنند وخشك كنند وپس با آب نيم كرم بسرشند
وحبها كنند وبخورند سخت نافع بود نوعي ديكر
بگيرند حب الصنوبر وتخم كرفس وزهرۀ كوزن كشنز
وعلك الانباط از هريك جزوي همه را با انگبين
بسرشند شربتي يك مثقال نوعي ديكر كه خداوند
مزاج سرد را شايد جاوشير سه درم در يك اوقيه
آب مرزنكوش حل كنند وبسه روز بدهند نوعي
ديكر بگيرند تخم كزر وفلفله تخم جرجير لسان العصافير
كرم دانه از هريك سه جزو همه را بروغن حب الصنوبر
صغار بمالند وبكار برند نوع ديكر بگيرند خايه
خركوش خشك كرده ونمك سقنقور راستا راست
هردو را بكوبند هر بامداد شربتي دو درم بكار دارند
نوع ديكر بگيرند قضيب گاو جوانه وخشك كنند

وبكوبند وچند نيم مثقال زردۀ خايۀ مرغ نيم برشت
برافكنند وبخورند عظيم نافع بود **فصل**
سيزدهم در داروهائي كه چون طلي كنند قضيب را
سخت كنند بگيرند سنبل وسعد خردل دارچيني
خاولنجان سداب همه را بكوبند وبشير تازه تر كنند
وبنهند تا روها شير را بخورند وخشك شود پس
بكوبند وبا زهرۀ گاو تر كنند وبنهند تا خشك شود
پس با انگبين حل كنند وبر قضيب طلي كنند نوع ديكر
بگيرند پيه گاو وبگدازند وپياز نرگس وعاقرقرحا
ومويزج بكوبند چندانكه خواهند ودر پيه گداخته
اندازند وبر حوالي قضيب وعانه طلي كنند وپيه
شير طلي كردن قضيب را سخت كند نوع ديكر بگيرند
مغز پنبه دانه وبروغن قسط يا روغن بان يا روغن

خیری ببرشند و بر قضیب و منفذ عانه و کرکاه و سرین
و کف پای طلا کنند **فصل** چهاردهم در حقنه
و شیاف که قوت مجامعت کند بگیرند سر گوسفند
و خایه او و پاره دنبه او و یک کف نخود و یک
کف گندم و تخم جرجیر و تخم شلغم و تخم هلیون
از هر یکی پنج درم همه را در دیک کنند و آب در کنند
چندانکه دو انگشت بر سر آنها بایستد و سر دیک بپوشند
و بگل درگیرند و یک شب در تنور بنهند تا پخته شود
ازین مطبوخ بگیرند ده درهم سنگ یا بیشتر و هم
چندان روغن و نیم چندان روغن جوز و بوقت
خفتن حقنه کنند بدان و چون حقنه خواهند
کردن نخست بحاجت برخواسته باشند و خود را
فارغ کرده تا مفید بود نوع دیگر بگیرند سر گوسفند

و خایه بز و هر دو را با یکدیگر بکوبند و بیست درم
گندم نیم کوفته و بیست درم نخود و شبت و جرجیر
و نعنع و برگ چغندر را از هر یک دسته کوچک
و شلغم پاره پاره کرده بیست درم سنگ جوز
پاک کرده ده عدد تخم معصفر نیم کوفته بیست
درهم تخم پیاز و تخم هلیون از هر یکی ده درم
همه را در چهار من آب بپزند تا بیک من باز آید
و بپالایند و اگر بجای شراب نبید شیرین کنند
قوی تر آید این مطبوخ یک اوقیه تا نیم اوقیه
روغن نیم اوقیه روغن سوسن نیم دانگ سنگ
مشک حقنه کنند سه شب آخر ماه نافع بود
فصل پانزدهم در بزرگ کردن قضیب
بگیرند خراطین خورد کرمی است دراز و باریک

وسخ در میان زمین و در زیر خاک تر باشد پس
زمین بکاوند و بیرون کنند و آنرا خشک کنند و بروغن
کنجد بسایند و بر قضیب طلا کنند و هر گاه که
طلا کنند با روغن فرفیون طلا کنند تا نیک آید
و نافع بود و عاقرقرحا نیز یار کنند بهتر بود و هر گاه
طلا خواهند کرد نخست قضیب را بمالند چندانکه
سرخ شود پس دارو طلا کنند و روغنها گرم و آب
بادروج مالیدن سود دارد **فصل**
شانزدهم در لذت زیادت کردن مردان و زنان
عسل زنجبیل پرورده پیش از وقت جماع با آب
دهان تر کنند و بر قضیب مالند پس جماع کنند
آخر عاقرقرحا و کبابه بخایند یا انگزد بر دهان
تر کنند و بر قضیب طلا کنند و بگذارند تا خشک

شود پس از آن جماع کنند لذتی عظیم یابد و بارنی
مرد این که ~~مرد~~ این تدبیر کند آن زن با هیچ مردی
دیگر خوش نباشد صفت دیگر بگیرند عاقرقرحا
و زنجبیل و دارچینی از هر یک برابر کوفته با
انگبین سرشته و حبها کنند و با خود دارند پیش
از وقت جماع بیک ساعت یک حب در دهان
گیرد و آب دهان بر قضیب مالد و بگذارد تا خشک
شود و پس جماع کند لذتی یابد عظیم
فصل هفدهم بگیرند مشک و زعفران
در شراب خوش بوی بجوشانند و خرقه بدان تر کنند
و بخود بر گیرند چندانکه رسم باشد فرج زن نیک
نوع دیگر بگیرند کرم دانه و زم بکوبند و بحریر به بیزند
و با اندکی روغن زنبق بخود بر گیرند چنانکه رسم است

وازین دارو بسیار بکار ندارند تا بنك کرم نشود

فصل هجدهم در تنك کردن فرج بکیرند
عود وسعد ورامك وراسن واقاقیا ونفل
واندکی مسك همه را بسایند وپشم پاره بمی سوسن
ترکنند وبدین دارو آلوده کنند وبخویشتن
برکیرند آخر مازوی خام وقفاع اذخر راسنارا
بکوبند وبپزند بحر ونیك تنك وبشراب ترکنند
وخرقه بدان آلوده کنند وبخود بردارند وهر ساعت
تازه میکنند این بجای دختری رساند آخر
بکیرند پوست صنوبر کوفته ودر شراب قابض بپزند
وهر ساعت خرقه بدان تر میکنند وبر می دارند
آخر بکیرند سرو ومرداسنك نرم بسایند وبخود
بردارند نافع باشد

فصل نوزدهم در وقت
جماع کردن جماع وقتی باید کرد که نه سیر ونه کرسنه
باشد وازپس تخمه وبقی واسهال وفصد وعرق
بسیار آمدن ورنج وریاضت ودر حال غم واندیشه
وازپس بیخوابی البته جماع نشاید کردن ودر مستی
وخمار نشاید کردن وخداوند مزاج سرد را در کرمای
قوی نشاید کردن شراب صرف نشاید خوردن
وهیچ ازپس جماع آب سرد وشربت سرد نشاید
خوردن زیرا که باستسقا اداکند وبا آب سرد
غسل نشاید کرد وخود را از سرما وهوای سرد
نکاه باید داشت وبهترین شکلی آنست که زن
بر بستر نرم بر پشت خفته باشد ومرد بر بالای او
وسرین بردارد چندانکه نطفه بجایکاه رسد وهم
لذت بیشتر باشد وبدترین شکلها آنست که زن بر بالا

باشد

زيرا كه آب مرد بتمامت بيرون نيايد وبود كه آب زن
بنايژهٔ مرد فرو آيد واين سبب زيان كار است
وبرپاي جماع كردن درد زانو آرد ودرد سر وبر
خفته آب بتمامت بيرون نيايد واماسها در آن حوالي
بديد آيد **فصل** بيستم مباشرت كردن با غلام
با آنكه در شريعت حرام است وبرخلاف طبيعت
آفرينش است وسبب انقطاع نسل است وبنزديك
خداي تعالى نكوهيده است با اين همه دروي مضرتي
ديگر هست كه عظيم آفتها ازوي خيزد وآن آنست كه
در موضع زن قوت جاذبه است مر مني را اگرچه
جذب مني بسيار كند ودر موضع غلام قوت جاذبه
نيست مر مني را بس اگرچه جذب اندك كند ليكن بقيتي
در راه گذر از مني بماند عفن شود واماسهاي غانه

وگرده خيزد وآن را دشوار تدارك توان كردن
بخش دوم در استفراغها ودر گرمابه رفتن
سه است منفعت اول آنست كه چون مردم
رياضت كرده باشد وخلطها غليظ كه در اندرون
تن بسبب حركت لطيف شود وبظاهر پوست آيد
اندر گرمابه بايد شدن تا خلطها از مسام
پوست جدا شود وبقيت اخلاط تحليل پذيرد
منفعت دوم آنست كه بواسطهٔ گرمابه بتن رطوبتي
پذيرد وخشكي كه بظاهر پوست مستولي
شده باشد زايل كند منفعت سوم آنست كه
ريم وغباري كه بظاهر تن او نشسته باشد
زايل كند وچون اين مقدمه معلوم شد
گوييم بكار داشتن گرمابه از پس رياضت چنان

باید که از ریاضت تمام آسوده باشد آنگاه بگرمابه
درشود و در گرمابه پیش از آن نباشد که پوست
از آب تر شود و نرم گردد و پیش از آنکه عرق
خواهد کرد بیرون آید تا دیانی تحلیل نکند و مردم
لاغر و دق گرفته را گرمابهٔ که آب او خوش بود
و گرمابه و آب او سخت گرم نباشد و اگر آب او سخت گرم
باشد پوست از وی بگیرد و مسام را گشاده نکند
ولیکن پوست را سخت کند و بجای داغ کردن ماند
و تری آب بمسام درنشود و بتن برسد و اگر گرمی
او باعتدال باشد حرارت غریزی را برافزود
لیکن اگر درین حرارت غریب باشد آن را زیادت
کند و اگر حرارت آب کم از فاتر باشد حرارت
بیفزاید لیکن تری بیفزاید و اگر چنین آب

بسیار بکار برند سردی و تری افزاید و هوای
گرمابه هرگاه که در تن خلطی خام باشد آن را
بپزاند و تمام بگدازد و تحلیل کند از بهر آنک
گویند که در گرمابه بسیار درنگ نباید کردن
و اگر حرارت گرمابه بافراط بود حرارت غریزی را
زیادت کند و اگر بر ریق در گرمابه شوند و بسیار
باشد تا عرق بسیار کند تن را لاغر کند و خشک
و ضعف آرد و اگر طعام خورده درشود فربه کند
زیرا که غذا بظاهر تن کشد و اگر طعام گوارید
درشود که هنوز گرسنگی پدید نیامده باشد
فربهی باعتدال کند و قوت فزاید و نیک سود
دارد دوم محرور را گرمابه صفرا بشوراند احتیاط
آنست که پیش از آنکه در گرمابه شود اندکی نان

باشراب ترش انار نخورد یا کلاب ودر گرمابه
بسیار ننشیند ودر خانهٔ گرم نشود ومحرور
ومرطوب چون از گرمابه بیرون آیند هیچ
شربت سرد وچون جلاب وفقاع نشاید خورد
ونه در گرمابه زیرا که گرمابه مسام را گشاده
کند وشربت زود بگذرد وبا اعضای رئیسه
برسد وقوتهای اعضا را ضعیف کند وباشد که
جگر سرد کند وباستسقا کشد وبود که بفالج
کشد یا بنقرس بیرون آمدن از گرمابه خاصه
درهوای سرد باحتیاط باید وسر وتن پوشیده
وتب وحرارت واماسها بدید آید ودر گرمابه
بسیار نشاید رفت وبسیار در گرمابه نشاید
نشست که دل را گرم کند وغشی آرد ومادها را

بگدازد واز عضوی بعضوی ضعیف برآرد واماسها
ودردها تولد مقالت هفتم در حرکت
وسکون واین مقاله مشتمل است بر چهار فصل
فصل اول در حاجتمندی تن درستان
بحرکت وریاضت بدانکه چون مردم غذا خورد
بعضی از آن هضم تمام یابد وبعضی در اندرون
رگها باز ماند ناپخته چون حرکت کند از حرکت
سبب حرارت غریزی شود وقوت حرارت غریزی
آن مادهای ناپخته را پخته کند وآنچه خاصه صالح
باشد از و خلطی نیک تولد کند وآنچه فاسد باشد
ازان تحلیل کند وبعرق ومسام پوست آن را
خرج کند پس حرکت کردن اصلی بزرگست در نگاه
داشتن تن درستان وطبیبان آن حرکت را

ریاضت گویند و ریاضت دو گونه است اول حرکت
همه اندامها چنانکه کسی پیاده رود واین را
ریاضت کلّی گویند دوم حرکت یك اندام باشد
واین را ریاضت جزوی گویند فصل
دوم در وقت ریاضت چون غذا جگر از غذا
خالی باشد وغذا برگها درآمد وباندامها
برسید وازخواب تمامترین برخواست ودلیل
رنگین شد ورُوده ومثانه از ثقل واز آب
تهی شد وقت ریاضت درآمد ومضرّت ریاضت که
بناهنگام بود آنست که اگر هنوز معده وجگر
ازغذا خالی نشده باشد خلطی خام در تن پراکنده
شود وسُدّها تولّد کند وهمچنین اگر ریاضت
کند ودرتن خلطی باشد بیشتر ازانکه ریاضت آنرا

تحلیل تواند کردن وان خلطها تواند که اخشن و
باشد که ازجای خویش بجنبد وبعضوی دیگر
آید واماس کند وباشد که ازحرارت حرکت
گرم شود وسبب بیماری شود وبود که آن خلطها
بسبب حرکت درجنبش آید وبجوشد وبدین سبب
بیشتر گردد وجایگاه بیشتر گیرد وبدین سببها
گذرها ورگها پرشود وگذرگاه روح بسته شود
وبمرك مفاجا بیم بود وایچنین کس را اولیتر
آن باشد که نخست تن را ازفضله پاك کند
بروجهی دیگر آنگاه ریاضت کند امّا مضرّت
ریاضت برگرسنگی آنست که حرکت ورطوبت
اصلی را بگدازد وچون رطوبت اصلی کم شود
حرارت غریزی کم شود وعاقبت آن بذبول

ودق رسد **فصل** سوم در اندازه ریاضت
معتدل هرگاه که رنگ روی برمی فروزد و
نشاط حرکت می باشد ورگها پر میشود ودم زدن
بحال خویش باشد هنوز وقت ریاضت است
واصل بزرگ در ریاضت آنست که هنوز
مزاج ریاضت می نپذیرد اگر مزاج گرم خشک بود
ازحد ریاضت بازایستد واگر مرطوب است
وسردی غلبه دارد بدین حد باید رسانیدن
وتیز افزون تر وحرکت ریاضت اول آهسته
باید کرد انگاه بتدریج حرکت سخت تر می کند
تا بغایت رسد قوت ریاضت کننده بیش از آن
نتواند کشید باسانی پس همچنان بتدریج نرم
میکند تا بتدریج از ریاضت بازایستد وپیش

از ریاضت سخت دست وپای وپشت ریاضت
کننده باید مالیدن مالیدن معتدل بدستهای
مختلف یا بخرقهٔ درشت پس بروغنی عذب چون
روغن بادام یا روغن کنجد تازه وبعضلهای او را
چرب کنند وبا آهستگی می مالند بس بحرکت
ریاضت مشغول شوند واین مالیدن حرکت
غریزی را اندکی بجنباند ومسام گشاده کند وفضلها را
بیرون کنند تا بریاضت تحلیل پذیرد واین شیء
را باید که عضلهای او سخت باشد ومسام او بسته
وغذاهای غلیظ خورده باشد اما شیء که عضلهای
او نرم باشد وغذاهای غلیظ نخورده باشند
او را بچندین مالیدن وبروغن چرب کردن حاجت
نیست وچون از ریاضت بازایستد در گرمابه

شود ودرخانه میانه بنشیند وبا آب نیم گرم چنانکه
پوست راخوش آید برخود می ریزد ولختی دیگر
بمالد مالیدن نرم ودرمیانهٔ مالیدن دست
وپای وعضلها را نیک بکشد تا باقی فضول راکم
بحرکت گداخته باشد تا بمسام بیرون آید وتحلیل
خرج شود واگراین مالیدن هم بروغن باشد صواب
باشد ومالیدن دوم هرتنی را باید که عضلهای
او سخت باشد وغذاهای قوی نخورده باشد
وتنی که عضلهٔ او نرم باشد وغذاهای قوی
نخورده بود اورا بدین مالیدن حاجت نباشد
ونه بدین ریاضت واگر باشد چندین استقصا
حاجت نبود **فصل** چهارم درریاضت
جزوی بدانکه هرعضوی را ریاضتی خاص

ریاضت پای پیاده رفتن بود ریاضت دست
چیزی گران ازجای برگرفتن بود یا کمان کشیدن
ریاضت زبان وحلق وحنجره بآوازهای گونا
گون خواندن اول بآهستگی بعد ازان بلند کردن
ریاضت سینه نفس بازکشیدن ولختی فرو
گرفتن وگاه مالیدن ریاضت چشم خط باریک
خواندن ودرچیزهای دقیق نگرستن وسیاهی
درنظر داشتن تاریکی چشم راسود دارد ودر
سبزه وآب روان نگریستن بصر را نور زیادت کند
نشستن درکشتی خاصه بکنار نزدیک بود محرور را
سود دارد وخداوند معدهٔ سرد راسود دارد
خاصه اگرمنش گشتن آورد وقی افتد ریاضت
اندرآویختن دوکس باهمدیگر وکشیدن ریاضت

سه تن باشد رفتن و دویدن در آفتاب گرم فضلها که
در تن باشد بگدازد و بعرق بیرون آرد و بادها را
بشکند و آماسهای استسقا را تحلیل کند اگر در
آفتاب تن برهنه کنند پوست را سخت کند و مسام را
به بندد و بر سنگ و ریگ و زمین گرم نشستن خدا
وند درد زحیر و درد گرده که از سردی باشد سود دارد

فصل هشتم اندر خواب و بیداری در بیان
آنکه خواب چیست چون بخار لطیف از تن بدماغ
برآید از خون نرم و آن بخار در مجاری روحهای نفسانی
باشد روح راه نیابد از دماغ با دیگر اندامها رسد
خواب باشد و هر باری که این بخار معتدل باشد خواب
معتدل بود یا کمتر خواب باندازه آن بود اینست حقیقت خواب

فصل اندر منافع خواب هرگاه که خواب باندازه
باندازه باشد در وی منافع بسیارست منفعت اول
آنست که مردم را در بیداری جمله قوتهای او چون
بینایی و شنوایی بر کارست و بسبب خواب کردن
فرو پسند لاجرم آسایش یابند منفعت دوم آنست
که چون مردم بخسبند حرارت غریزی در اندرون
شود و غذاهای ناپخته پخته کند منفعت سوم
آنست که چون حرارت غریزی در باطن جمع شود
قوی تر گردد و قوتش زیادت شود صلاح حال
تن گردد زیرا که مصلح حال تن حرارت غریزی است
منفعت چهارم آنست که خواب تن را ماده فربهی
دهد زیرا که هضم در خواب تمام تر باشد وزنها
کمتر تحلیل پذیرد اما مضرت خفتن بسیار
رطوب و سرد مزاج را زیان دارد و قوتها را

سست کند وسرگردان کند خواب بامداد پیش
از آنکه حرکت وریاضت کرده شود وغذا خورده
شود سخت زیان دارد وتن راسست کند خواب
روز بیماریهای بلغمی ونزله آرد ورنگ روی
تباه کند وسپرز بزرگ کند وشهوت طعام را
ضعیف کند خواب گرسنگی قوت ساقط کند
ولاغر کند زیرا که وقت خواب حرارت غریزی را
باندرون تن باز گرداند وچون باز گردد وغذا
نیابد که هضم کند ورطوبت اصلی را که مایه
اوست خرج کند وچون ماده او خرج شود
ناچار ضعیف گردد خواب روز بعوض خواب
شب باز ناپسند وکسی که خفتن بروز عادت
کرده باشد بیک بار از آن عادت باز نباید

گشت **فصل** در آنچه چگونه باید خفتن
نخست یک ساعت بر پهلوی راست باید خفت
پس بپهلوی چپ باز گشتن ودر روی در
خفتن اندامها اسایش بهتر یابد لیکن از
بسیار خفتن برین شکل بیماریهای صعب تولد
کند چون فالج وکابوس وسکته زیرا که اخلاط
وفضلها از راه بینی وکام بجانب
قفا باز گردد وبعضها
فرود آید وبهتر آن
باشد که با طعام اندر
معده فرو نکذرد
ونخسبد واگر
بادی نمی
جنبد
تحلیل پذیرد

حصه ثعلب	شقاقل	حب الراس	تخم حلیون	تخم جرجیر
درهم ٥٠	درهم ٥٠	درهم ٥٠	درهم ٥	درهم ٤٠
تخم صوغان	کبابه	بسباسه	خولنجان	زرنباد
درهم ١٠	درهم ٣	درهم ٢٠	درهم ٥٠	درهم ٣٠
بهمن	تودری	نعنه	تخم عصفور	لسان عصافیر
درهم ١٠	درهم ٥٠	درهم ١٠	درهم ١٠	درهم ٧٠
سورنجان بیبر	تخم شلغم	تخم کشنیز	دم دکنی	یمرطه صاروسنک یاغی
درهم ٥٠	درهم ٥٠	درهم ٥٠	درهم ٤٠	درهم ٥٠
صماروانیک سودی	دارفلفل	فلفل	اغل اوتی	بغلا اوتی
درهم ١٠٠	درهم ٣٠	درهم ١٠	درهم ٥٠	درهم ١٠
تخم تره	ورق خیال	جوزبندی	زعفران	فسدق شامی
درهم ١٠	درهم ٥٠	درهم ٢٠	٣٠	درهم ١٠٠
سربت صتقانقور	تخم تورب	تخم ینبه	زغبار	تخم بیمیز اوتی
درهم ١٠	درهم ٢٠	درهم ١٠	درهم ٢٠	درهم ٥
یوزبدان	انیسون	قوس بهلول	عاقرقرحا	بوی دکری
درهم ١٠	درهم ٥٠	درهم ٢٠	درهم ٦	مرانکی دارنه ٥

حلمنت درهم ٥ دمر جنوک دمر سوار دوتمی بوجمله دوکم لراون ایدیلر ایکی سودین ٣٠ درهم اجزا کلوبال قوام ویره لر

[illegible]